

Хмельницький національний університет
 Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
 Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Назва теми

Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність – 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр _____

номер ІНП

Виконала: студентка II курсу, групи ППМз–22–1 _____ Марина ГУРНИЦЬКА

Підпис

Ініціали, прізвище

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент _____ Зінаїда АНТОНОВА

Науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Ініціали, прізвище

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор

_____ Таїсія КОМАР

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

_____ 20__ р.

Хмельницький, 2023

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Психологічні особливості самоставлення внутрішньо переміщених осіб»

Здобувач Марина ГУРНИЦЬКА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Зінаїда АНТОНОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна робота включає 88 сторінок, 11 таблицю, 12 рисунків, перелік джерел посилання складає 70 найменувань.

Ключові слова: самоставлення, самооцінка, самосприйняття, соціальна підтримка, психологічна стійкість.

Об'єкт дослідження: є самоставлення внутрішньо переміщених осіб.

Предмет дослідження: психологічні особливості самоставлення у внутрішньо переміщених осіб.

За результатами дослідження розроблені практичні рекомендації для ефективної адаптації внутрішньо переміщених осіб в новому середовищі мають на меті сприяти створенню міцних механізмів підтримки, спрямованих на забезпечення успішної адаптації та інтеграції цих осіб у новому оточенні.

Одержані результати можуть бути використані в процесі психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб.

Дипломник _____ Марина ГУРНИЦЬКА

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 08 грудня 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ САМОСТАВЛЕННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	9
1.1. Поняття та підходи до дослідження самоствавлення у науковій літературі...	9
1.2 Формування особистості через рефлексію, компоненти самоствавлення та позитивне налаштування.....	16
1.3 Внутрішньо переміщені особи: визначення та особливості.....	27
Висновки до розділу	31
РОЗДІЛ 2 МЕТОДОЛОГІЯ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСТАВЛЕННЯ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	33
2.1 Організація та методологічне обґрунтування дослідження особливостей самоствавлення внутрішньо переміщених осіб.....	33
2.2 Аналіз результатів дослідження основних складових самоствавлення особистості внутрішньо переміщених осіб.....	41
2.3 Практичні рекомендації щодо покращення рівня самоствавлення внутрішньо переміщених осіб в новому середовищі.....	69
Висновок до розділу.....	77
ВИСНОВОК.....	79
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	81

ВСТУП

У сучасному суспільстві, особливо в періоди змін і нестабільності, такі як становлення України як незалежної держави, самоствавлення може бути особливо важливим. Воно допомагає зорієнтуватися в нових умовах, зберегти власну ідентичність і визначити свої цілі і цінності.

Підтримка психологічного самоствавлення важлива для підтримки психологічного благополуччя та розвитку особистості в умовах сучасного суспільства. Особливо важливою є підтримка та допомога внутрішньо переміщеним особам в Україні, які стикаються зі значними викликами і змінами у своєму житті [1].

Розвиток позитивного самосприйняття є основою для формування особистості і сприяє розширенню можливостей людини у всіх сферах її життя. Сучасна психологія розглядає феномен "самосприйняття" з різних поглядів, і хоча немає єдиного загальноприйнятого підходу, ця проблема активно вивчається як в Україні, так і за кордоном.

В загальних рисах, самосприйняття особистості є складним психологічним явищем, яке включає в себе уявлення, які людина має про себе. Рівень зрілості самосприйняття може визначатися ступенем зв'язку та гармонії між його різними складовими.

До основних ознак самосприйняття відносять такі компоненти: "самооцінка", "самоповага", "самосприйняття", "почуття компетентності", "почуття власної гідності", "самовпевненість", "самокритичність", "аутосимпатія", "самоцінність" і т.д. [10]. Взаємодія цих складових сприяє формуванню і розвитку самосприйняття, включаючи важливий внесок у пізнавальну і особистісну сфери життя людини через включення самосприйняття в процес діяльності та стимулюючи її розвиток.

Багато вчених з різних наукових галузей присвятили свої дослідження аспектам самосприйняття. Серед них К. Абульханова–Славська, А. Асмолов,

Р. Бернс, Б. Братусь, В. Століна, К. Роджерс, Е. Еріксон і багато інших [43]. Ці вчені досліджують важливість самосприйняття і його вплив на розвиток особистості.

Також існує велика кількість науковців, які наголошують на зв'язку між самосприйняттям і розвитком особистості. До них відносяться Ю. Гіппенрейтер, И. Кон, А. Леонт'єв, В. Петухов. Вони досліджують, як самосприйняття впливає на те, як особистість розвивається і зростає.

Багато авторів також вказують на суб'єктивний характер самосприйняття, яке ґрунтується на готовності проводити саморефлексію. Серед таких авторів можна відзначити Е. Ісаєву, В. Петровського, В. Слободчікова. Вони вивчають, як особистість розуміє себе і як ця саморефлексія впливає на її життя і розвиток.

В. Б. Анан'єв розглядав самосприйняття як важливу категорію в психології, яка є ключовим фактором для гармонійного розвитку особистості та є значущим елементом при вивченні характеристик і властивостей індивіда. Саме такі наукові концепції стали основою для досліджень інших видатних психологів, зокрема Л. Божовича, В. М'ясищева, Д. Узнадзе і В. Ядова. Ці вчені вивчали важливість того, як людина сприймає себе та інших, і висвітлювали важливий внесок самосприйняття в формуванні та розвитку особистості [14]. Незважаючи на значний обсяг досліджень у галузі самостворення особистості, ця проблема залишається актуальною, оскільки існують незвідані аспекти та актуальні виклики, які вимагають подальшого дослідження. Суспільство і культура постійно еволюціонують, і разом з ними змінюються і вимоги до самосприйняття та самостворення особистості [68].

Таким чином, питання самостворення залишаються актуальними і розширюються залежно від суспільних, культурних і наукових змін, вимагаючи подальших досліджень та розгляду.

Оскільки проблема самосприйняття є актуальною та ще недостатньо вивченою, то це спонукало нас обрати тему для магістерського дослідження: "Психологічні особливості самоствавлення у внутрішньо переміщених осіб".

Об'єктом дослідження: є самоствавлення внутрішньо переміщених осіб.

Предмет дослідження: психологічні особливості самоствавлення у внутрішньо переміщених осіб.

Мета дослідження – розглянути теоретичні та практичні аспекти вивчення психологічних характеристик самоствавлення внутрішньо переміщених осіб обох статей, а також визначити їх залежність від рівня рефлексивності та самоефективності.

Для досягнення визначеної мети дослідження необхідно виконати ряд **завдань:**

1. Проаналізувати теоретичні аспекти, пов'язані з психологічними особливостями самоствавлення внутрішньо переміщених осіб;
2. Провести експериментальне дослідження рівнів рефлексивності та самоефективності у внутрішньо переміщених осіб різної статі.
3. Дослідити особливості самоствавлення внутрішньо переміщених осіб різної статі в залежності від показників рефлексивності і самоефективності.
4. Розробити практичні рекомендації для ефективної адаптації внутрішньо переміщених осіб в новому оточенні, зосереджуючись на їхніх психологічних особливостях та самоствавленні.

Гіпотеза дослідження: оскільки рефлексивність і самоефективність дозволяють людям аналізувати свої власні дії та керувати процесами самопізнання, вони є ключовими характеристиками у формуванні позитивного ставлення до себе у внутрішньо переміщених осіб.

Для досягнення поставленої мети та виконання запланованих завдань було використано наступні підходи і **методи:**

1. *Теоретичні методи*: аналіз проблеми, що базується на огляді наукової літератури та включає в себе порівняння, абстрагування, систематизацію та узагальнення накопиченої наукової інформації.

2) *Емпіричні методи*:

1. «Тест–опитувальник самоствавлення» (В. В. Столін та С. Р. Пантелєєв);
2. «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема»;
3. «Методика діагностики рефлексивності» (А. В. Карпова, В. В. Пономарьова);
4. «Визначення рівня самооцінки» (С. В. Ковальов).

3) *Методи математичної статистики*: Н–критерій Краскела–Уоліса, критерій U Манна–Уїтні для незалежної вибірки

Практичне значення роботи – розроблені практичні рекомендації психологічної підтримки для внутрішньо переміщених осіб, які проявляють певні особливості в самоствавленні, можуть виступати ефективним інструментом для сприяння адаптації вимушених переселенців до нових територіальних та соціальних умов. Засоби методичних досліджень дають можливість оцінити ефективність впливу спеціальних програм процес самоствавлення внутрішньо переміщених осіб. Отримані результати дослідження будуть корисні для психологічної підтримки внутрішньо переміщеним особам, з допомогою яких можна визначити їхні потреби та сприяти ефективній адаптації в нових умовах. Отримані результати допоможуть оцінити результативність програм та адаптувати стратегії підтримки, а також знайдуть застосування у покращенні фахової підготовки та професійній роботі психологів.

Експериментальна база дослідження: експериментальною базою дослідження став Хмельницький обласний центр соціально–психологічної допомоги м. Хмельницький. До вибірки увійшло 30 осіб, віком від 18 до 45 років. Серед них 20 жінок та 10 чоловіків. Внутрішньо переміщені особи покинули свої попередні місця проживання у період з березня 2022 року до січня 2023 року.

Діагностичний збір даних проводився шляхом безпосереднього очного опитування та онлайн–анкетування досліджуваних у лютому–травні 2023 року.

Апробація результатів дослідження: результати дослідження були висвітлені на XIII Всеукраїнської науково–практичної конференції «Формування особливості сучасного фахівця як суб’єкта самотворення в умовах освітнього простору» і були надруковані тези. Підготовлена і надрукована стаття у науковому журналі «Психологічні травелоги» м. Хмельницький, 2023 .

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (71 найменувань). Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 88 сторінок машинописного тексту, а основна частина – 59 сторінок.)

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ САМОСТАВЛЕННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.

1.1 Поняття та підходи до дослідження самоствавлення у науковій літературі.

Згідно з різними дослідженнями у галузях науки, таких як психологія, педагогіка, філософія та соціологія, самоствавлення є ключовим аспектом формування та розвитку особистості [13]. Основою для розуміння себе є самооцінка, яка представляє собою суб'єктивну оцінку різних аспектів особистості, таких як ціннісні, інтелектуальні, моральні та фізичні.

З самого народження і протягом усього життя людина взаємодіє з оточуючим світом, навчається від інших людей та вбирає у себе культурні норми та цінності. Оточуюче суспільство встановлює стандарти та критерії успіху, які впливають на сприйняття себе. Критичне оточення може відігравати як позитивну, так і негативну роль у цьому процесі. Схвалення чи несхвалення від оточення може впливати на самооцінку та сприйняття власної компетентності. Важливо розуміти, що цей вплив може змінюватися з часом, оскільки індивід розвивається та взаємодіє із змінюючим оточенням. Таким чином, взаємодія з суспільством, самооцінка та формування особистості визначаються комплексною взаємодією між індивідом та його оточенням, яке включає в себе як позитивні, так і від'ємні аспекти.

Самооцінка, як суб'єктивна оцінка власної особистості, грає ключову роль у свідомому керуванні власною поведінкою, як відзначає А. В. Захарова. Вона підкреслює, що це свідоме керування пов'язане з інтелектуальною активністю, що включає роздуми та рефлексію [63]. Рефлексія, зокрема, у процедурах самооцінювання, виявляється важливою для розуміння себе та власної поведінки.

Проблема самооцінки, яка активно досліджується в зарубіжній і вітчизняній психології, набула значного розвитку. У цьому контексті вчені, такі як Х. Хекхаузен, Л. С. Виготський, М. В. Ліцина та інші, визначають самоствавлення різними способами [18; 27]. Деякі розглядають його (наприклад, А. В. Захарова, М. І. Лісіна, В. Н. Маркін, М. Розенбер), як власне ставлення до себе, інші пов'язують його з концепцією "Я" та "Я-концепцією" (зокрема, Р. Бернс, І. С. Кон, В. Н. Маркін, І. І. Чеснокова та ін.), що є прийнятним, оскільки самоствавлення є важливою складовою структури самосвідомості, як стверджують деякі дослідники (наприклад, Л. Бороздіна, С. А. Зарченова та інші) [42]. Це розмаїття поглядів відображає складність самооцінки як складової самосвідомості. Таким чином, рефлексія у процесах самооцінювання є важливим аспектом свідомого керування поведінкою, а різноманітні підходи до розуміння самоствавлення відображають багатогранність цього поняття в психологічному дослідженні [57].

Проте формування всіх цих аспектів обумовлене впливом суспільства та особистісним розвитком. У структурі самоствавлення також відзначається його значущість, оскільки через нього досягається професійний розвиток, і він стає ключовим аспектом особистісної активності. Як правильно відмічає О. Н. Молчанова, дуже вражаючим результатом інтенсивних досліджень цієї проблематики є те, що в західній культурі підкреслюється, що самоствавлення є найважливішим ресурсом людини, її досягненням. Люди прагнуть мати можливість високо оцінювати себе, подібно до того, як вони прагнуть до благополуччя, добробуту та свободи думки. Проте, незважаючи на інтенсивний інтерес до самоствавлення у західній науковій літературі, існує відчутна концептуальна плутанина [38]. По-перше, відсутнє повне пояснення феномена. Відсутнє чітке та повноцінне визначення цього явища. У протипагу цьому, англійські автори Л. Веллс і Дж. Марвелл розглядають різні поняття в галузі психології "Я" (наприклад, "довіра до себе", "усвідомлення себе"), які включають

в себе широкий спектр теоретичних розробок і об'єднують їх під поняттям "self-esteem" як загального поняття. Однак англійське слово "self-esteem" визначає не самооцінку, а саме почуття власної гідності та повагу до себе, і воно відображає те саме відношення, яке було розглянуто раніше [2].

Проте термін "self-esteem" не обмежується лише англомовною літературою. Швейцарський психоаналітик і представник юнгіанської школи, М. Якобі, стверджує, що "самоствалення" відноситься до тих цінностей, які особистість визначає самостійно. У німецькій літературі цей термін (Selbstwertgefühl) пояснюється як почуття (Gefühl) та цінності (Wert), які ми відчуваємо щодо самих себе (Selbst). Термін "оцінка" походить від латинського "aestimare", що означає оцінювання, яке людина здійснює щодо власної значущості [9]. У цьому етимологічному поясненні виділяються два ключові моменти: перше – сприйняття самоствалення особистості як емоційного відгуку людини на себе, і друге – об'єднання різних аспектів самоствалення в одному понятті, включаючи встановлення власної цінності і сильну реакцію в формі самоповаги, самоприйняття або самовідданості навіть у разі негативної самооцінки.

У сучасній психології самоствалення включається в рамки більш широкої концепції, яку називають Я-концепцією. Ця фраза стала досить поширеною у зарубіжній літературі з психології. У вітчизняній психології ця концепція також відома завдяки англійському психологу і педагогу Р. Бернсу [66]. Розглядаючи Я-концепцію, Р. Бернс визначає її як сукупність уявлень, пов'язаних із власною оцінкою, і ретельно досліджує її структуру. За його концепцією, Я-концепція включає три основні компоненти:

1. Образ Я: це уявлення, яке індивід має про себе. Образ Я є основою, на яку спирається самосвідомість, і визначає, як людина бачить себе в контексті свого власного світу.

2. Самоставлення: це сильна оцінка образу Я, яка може включати в себе різні емоції та ступінь позитивності чи негативності. Самоставлення визначає, наскільки індивід задоволений чи незадоволений своїм образом Я.

3. Потенційна поведінкова реакція: це конкретні дії, які викликаються образом Я та самоставленням і можуть проявлятися у конкретних ситуаціях. Поведінкові реакції визначають, як особа реагує на різні життєві обставини, враховуючи своє уявлення про себе [14].

Цікаві роботи, в яких розглядаються різні підходи і терапевтичні методики для подолання низької самооцінки (автори, такі як Б.Ф. Скіннер, А. Адлер, К. Роджерс, Т. Л. Миронова, М. М. Авдєєва), особливо привертають увагу. Проте, у більшості випадків, корекція проводиться шляхом зміни соціальної поведінки, яка може не враховувати інших важливих аспектів життєдіяльності особистості. За думкою А. Кузьменко, це може не завжди бути ефективним, оскільки інші аспекти життя людини також впливають на її самооцінку [44]. Аналізуючи твори американського філософа і психолога Вільяма Джеймса, можна уявити самооцінку (яка включає почуття власної гідності, самоповаги, задоволення життям та інші) у вигляді математичного дроби: чисельником є успіх, а знаменником – рівень очікувань або домагань. Таким чином, самоповагу можна підвищити, збільшуючи успіх або знижуючи очікування [9]. У своїй роботі "Психологія" Вільям Джеймс першим ввів поняття "самоставлення" і розглянув особистість як сукупність структурних елементів, емоцій, почуттів і дій. Він розділив самооцінку на дві основні категорії: самовдоволення та невдоволення собою.

Б. Скіннер у своїй теорії оперантного навчання розглядає взаємодію людини із навколишнім середовищем. Він стверджує, що під впливом позитивного підкріплення люди повторюють певні вчинки, а при негативному підкріпленні – намагаються уникнути їх. І саме під час цього процесу людина формує уявлення про себе [18].

Альберт Бандура та Альфред Адлер, навіть розвиваючи різні ідеї, обидва внесли вагомий внесок у розуміння самоствавлення та самооцінки. Бандура, на відміну від ідей Б. Скіннера, визнавав, що навчання не обмежується лише безпосереднім досвідом, але також відбувається через спостереження інших, що відомо як "непряме підкріплення". Він використовував терміни "самоповага" та "почуття власної гідності" для пояснення механізмів самооцінки та самоствавлення. Адлер досліджував формування самоствавлення через досвід неповноцінності та безпорадності у дитинстві. Він вважав, що ці переживання стають основою для потреби людини перевершити своє оточення та прагнення до досягнення бездоганності, визначаючи це як мотиваційну силу особистості. Обидва психологи розглядали вплив навчання, спостереження та особистісних досвідів на формування самоствавлення та самооцінки, використовуючи різні концепції та підходи.

В ієрархії потреб А. Маслоу пов'язує самоствавлення з потребою в приналежності та самоповазі. Згідно його теорії мотивації, люди, чії базові потреби вже задоволені, мають сильну мотивацію для активного вдосконалення свого самоствавлення для задоволення цих потреб. Це може бути наслідком сильного, структурованого характеру, сформованого досягненням бажаних цілей. Вплив на самоствавлення відбувається через цінності, ідеали та інші аспекти, що формують самоповагу. Таким чином, Маслоу визначає, що задоволення базових потреб визначає ступінь мотивації для саморозвитку, а вплив цінностей і ідеалів визначає формування самоповаги [42].

Самоствавлення через концепцію "Я-концепції" розглядав Карл Роджерс. Він вважав, що ця концепція формується під час соціалізації та взаємодії зі значущими іншими особами, переважно в дитинстві та підлітковому віці. "Я-концепція" визначає сприйняття світу через призму самовизначення, і хоча вона не контролює поведінку, вона символізує важливий досвід індивіда [69].

У "Я–концепції" включено самовідношення та самоствавлення, що формує "Я–образ". Цей образ вражає те, ким людина хотіла б бути за своїми уявленнями. Якщо самовідношення початково виникає як інтеріоризоване ставлення до значущих інших та є емоційним утворенням, то самоствавлення розвивається пізніше, ґрунтуючись на самовідношенні. За мірою дорослішання індивіда його самовідношення, крім емоційних характеристик, набуває оціночності, але ядро самовідношення, як і раніше, є емоційне (К. Є. Ізард, М. І. Лісінов) [20].

А.З. Зак у своїх дослідженнях розглядає самоствавлення як інструмент для аналізу та самосвідомлення індивіда щодо власних способів поведінки, на основі яких він будує внутрішній план дій. Т. Шибутані вважає самоствавлення ціннісним ядром особистості. Б. Г. Ананьєв висловив думку, що самоствавлення є довготривалим процесом пізнання себе, який розтягнутий у часі. Цей процес є прямим вираженням оцінки інших осіб, які безпосередньо пов'язані з розвитком особистості [25].

Самоствавлення як результат відображення індивідом своїх уявлень та інформації про себе у контексті відповідних ідеалів та цінностей розглядають Г. К. Веліцкас і Ю.Б. Гіппенрейтер. Цей процес включає взаємодію реального та демонстративного, усвідомленого та неусвідомленого, загального та приватного. Ю. Б. Гіппенрейтер відзначила різницю між самопізнанням, самоствавленням і самосвідомістю від інтроспекції. З її точки зору, процеси пізнання та оцінки себе є складними і тривалими. Вони включають в себе дані власного спостереження, які подальше піддаються порівнянню та узагальненню. Інформація про себе отримується не лише через самоспостереження, але і через зовнішні джерела, такі як об'єктивні результати власних дій і відношення інших людей до нас [33;34].

У своїй роботі Ю. В. Котенко підкреслює, що процес самоствавлення безпосередньо впливає на регуляцію поведінки та діяльності особистості і відображає її внутрішній світ. Дослідник виділяє три підходи до розгляду самоствавлення: структуру особистості, самосвідомість і діяльність. Л.І. Божович

вважає, що стійке самоствавлення формується під впливом думки інших людей і процесу самооцінки своєї діяльності. Таким чином, якщо особистість не може адекватно оцінювати та аналізувати свою діяльність, а зовнішні впливи вказують на негативний напрямок, то це може викликати гострі і сильні емоційні переживання, які можуть проявлятися у формі девіантного (відхильного від загальноприйнятих стандартів) поведінки. Л. І. Божович на основі аналізу досліджень вітчизняних і зарубіжних вчених розробив структурно–динамічну модель самоствавлення. Згідно з його думкою, самоствавлення є процесом відображення людиною себе як об'єкта пізнання та є соціальним утворенням, яке функціонує як важливий елемент саморегуляції та самосвідомості [43].

Феномен самоствавлення розглядається різними науковцями з різних підходів. Процес самоствавлення є ключовим компонентом структури особистості і починає формуватися ще з дитинства. Формування самоствавлення стимулюється прагненням до переваги і сильно залежить від соціальної ситуації розвитку та цінностей, які визначають особистість.

Самоствавлення – це аспект особистості, який починається з емоційного самовідношення і відображається через когнітивний компонент. Це впливає на формування різних форм поведінки і регулює їх. Початково самоствавлення базується на емоційних компонентах, а з часом включає когнітивні характеристики. Воно відображає відношення особистості до себе і є продуктом внутрішнього відображення самовідношення, яке інтегрується в образі "Я".

Багато науковців використовують синонімічні поняття для опису самоствавлення, такі як самоефективність, задоволеність життям, самоповага і почуття власної гідності. Ці синоніми допомагають краще розкрити сутність самоствавлення і глибше зрозуміти його значення [51].

1.2 Формування особистості через рефлексію, компоненти самоствалення та позитивне налаштування

Ідея самоствалення як самостійної категорії була розглянута вітчизняними вченими у контексті концепції самосвідомості особистості, включаючи таких вчених, як Л. Виготський, І. Кон, О. Соколов, В. Столін, І. Чеснокова та інших. Початкові визначення самоствалення виходили з поняття "глобальна самооцінка", яке об'єднувало загальні переживання та самооцінки в єдину динамічну структуру [57].

Західні вчені розглядають самопізнання як інструмент для розуміння причин і сенсу поведінки людини, в той час як самооцінка відображає, наскільки особистість сприймає саму себе. За словами Р. Бернса, самооцінка відображає само ставлення особистості, оскільки знання про себе спричиняють виникнення певних емоцій та оцінок. Відповідно до цього, само ставлення є емоційною настановою на себе, що становить частину стійкої самооцінки, і її інтенсивність залежить від змісту "Я-образу"[3]. Існує інша концепція, в якій самоствалення розглядається як особистісна риса зі своєю власною стійкістю та незалежністю від ситуації та віку людини. Представники цієї концепції, такі як С. Куперсміт та М. Розенберг, розглядають самоствалення як стійку особистісну рису, яка існує незалежно від конкретних обставин. Дослідники наголошують, що мотив самоповаги є ключовим фактором у формуванні позитивного само ставлення особистості, особливо у взаємодії з потребою в формуванні позитивного образу "Я".

Провівши аналіз робіт багатьох дослідників, можна прийти до висновку, що самоствалення виявляється через емоційну складову самосвідомості, яка співпрацює зі складовою пізнавальної природи. Ставлення людини до самої себе формується на основі знань, які вона набуває при оцінці власних дій. У свою чергу, самоствалення впливає на формування поведінкової складової

самоствалення. Тому самоствалення вважається важливою складовою структури самосвідомості зі своїми функціями, афективними та пізнавальними аспектами [57; 59].

Ольга Камінська, дослідниця у цій області, виділяє кілька основних аспектів самоствалення, які визначають, як особа ставиться до себе. Структурні аспекти, це очікування позитивної реакції від інших, самоінтерес, самоповага, самосимпатія, самозвинувачення і розуміння власної особистості. Сутнісні аспекти визначають, наскільки виразні та адекватні різні складові самоствалення, і які модалітети вони набувають. Динамічні аспекти включають стабільність та змінність самоствалення, а також здатність особи адаптувати своє ставлення до себе відповідно до зовнішніх впливів.

Згідно з І. Чесноковою, самоствалення розвивається на двох рівнях самопізнання: перший рівень характеризується нестійкістю і формується шляхом порівняння себе з іншими. На цьому рівні виникають окремі уявлення про себе та свою поведінку, які пов'язані з конкретними життєвими ситуаціями і не мають єдиної цілісної уяви про себе; на другому рівні самопізнання формується завдяки порівнянню "Я-Я" через внутрішній діалог. Цей рівень виражається у самооцінці та є показником психологічного розвитку та зрілості особистості.

Важливо відзначити концепцію В. Століна, в якій самоствалення розглядається як процес відображення особистісного "Я" у свідомості людини. За цією концепцією, само ставлення є явищем, яке висвітлює особистісний сенс "Я." Таким чином, аналіз наукових праць вітчизняних та зарубіжних науковців вказує на відсутність загальноприйнятого визначення "само ставлення" у науковій психології через різноманітні позиції наявних концепцій. Однак, С. Панталеєв виділив позицію, згідно з якою само ставлення є цілісним утворенням, що відображає рівень позитивного ставлення людини до свого образу "Я" [54].

Останні роки відзначаються активізацією досліджень самоствалення особистості, і це активізування є результатом його важливої ролі у формуванні та

розвитку особистості. Багато вітчизняних авторів націлюють свої дослідження на аналіз структури процесу самосвідомості особистості через призму само ставлення [55].

Багато вчених, таких як Л. Виготський, С. Пантілеєв, К. Роджерс, Н. Сарджвеладзе та інші, пояснювали само ставлення як психологічне явище зі складною структурою. Це призводить до того, що загальноприйнятим є твердження, що само ставлення включає в себе як емоційну, так і самооціночну компоненти. Наприклад, за словами Н. Сарджвеладзе, само прийняття передбачає безумовне прийняття себе, незалежно від характеристик та рис особистості. Самооцінка ж пояснюється як процес ставлення до себе як до носія певних якостей та властивостей.

В. Столін відрізняється від інших вчених своєю концепцією, в якій він пояснює само ставлення як процес реалізації особистості. Відповідно до його концепції, в структурі само ставлення входить сукупність емоційних проявів, таких як ауто симпатія, самоповага, самоінтерес [17;19]. Ці емоції формують загальне почуття позитивного чи негативного ставлення до себе як до суб'єкта активності в процесі соціалізації. Саме це, на думку В. Століна, формує глобальне само ставлення людини. С. Пантілеєв вважає, що різні особи можуть надавати різний ступінь важливості окремим аспектам емоційного само ставлення. Для одних людей, наприклад, самоповага може бути важливішою, в той час як інші можуть відчувати глобальне почуття симпатії до себе. Це свідчить про те, що психологічна система ставлення до себе має ієрархічну структуру, де в центрі знаходиться певна модальність емоційного само ставлення з власним емоційним відтінком. Поза тим, С. Пантілеєв розрізняє оцінну та емоційно-ціннісну підсистеми само ставлення. Оцінну підсистему він пояснює такими поняттями, як «самоповага», «почуття ефективності», «почуття компетентності», а емоційно-ціннісну – через «ауто симпатію», «самоцінність», «само прийняття».

У своїй моделі структури самоствалення С. Панталеєв виділяє дві підсистеми: оцінну і емоційно-ціннісну. Оцінна підсистема включає такі аспекти, як «самоповага», «почуття компетентності» і «почуття ефективності». Емоційно-ціннісна підсистема включає такі аспекти, як «аутосимпатія», «почуття власної гідності», «самоцінність» і «самоприйняття». Наявність професійних цінностей в особистості грає важливу роль в професійному розвитку і успіху. Вони сприяють відповідальному ставленню до справи, підштовхують до пошуку, творчості та вдосконалення. Також, професійні цінності можуть в компенсувати недостатньо розвинуті навички та вміння. Навпаки, відсутність професійних цінностей може призвести до професійного краху і втрати майстерності [21].

На сьогодні, важливо розглядати професійні цінності внутрішньо переміщених осіб, оскільки вони стикаються з унікальними викликами і ситуаціями, пов'язаними з переселенням або втратою дому. Професійні цінності для цієї категорії осіб можуть включати: емпатію та толерантність. Психологи та консультанти, які працюють з внутрішньо переміщеними особами, повинні бути дуже емпатичними та толерантними. Вони повинні розуміти та сприймати індивідуальні долі та досвід людей, які пережили переселення. Розуміння культурних різниць і відмінностей може бути важливим фактором у роботі з внутрішньо переміщеними особами, оскільки вони можуть представляти різні етнічні групи і мають різні культурні потреби. Важливо дотримуватися професійної етики та забезпечувати конфіденційність у роботі з цією уразливою групою [61].

Робота з внутрішньо переміщеними особами вимагає особливої чутливості та професійності з боку психологів та консультантів. Переселення може бути дуже травматичним досвідом, і важливо надавати підтримку та допомогу в адаптації до нових умов життя. Цінності впливають на різні аспекти поведінки і вирішують, які цілі та мети переслідує людина. Вони можуть бути

індивідуальними або спільними для певних соціальних груп. Більше того, цінності можуть змінюватися впродовж життя людини під впливом досвіду, оточення, особистих переконань і цілей. Розуміння власних цінностей може бути важливим кроком у самопізнанні та розвитку особистості.

Так, цінності та ідеали, які індивід вибирає з оточуючого соціуму, можуть суттєво впливати на його майбутнє та життєвий шлях. Сукупність ціннісних орієнтацій може визначити, які цілі та цінності стають важливими для конкретної особистості [15]. Однак важливо зауважити, що кожна особистість має свої унікальні цінності та ідеали, і її майбутнє може бути справді щасливим та задовільним лише тоді, коли вона слідує своїм власним переконанням та реалізує власні потреби та цілі. Тому важливо зберігати баланс між соціальними впливами та власними цінностями для досягнення внутрішнього задоволення і гармонії в житті. Цінності відіграють ключову роль у регуляції поведінки та визначенні життєвих пріоритетів особистості. Вони служать внутрішнім стандартом і моральним компасом, спрямовуючи прийняття рішень та вибір оптимальних шляхів досягнення цілей. Ієрархічна система цінностей допомагає організувати їх важливість, визначаючи, які з них є більш значущими.

Цінності також виступають джерелом цілей та мотивації, допомагаючи особі визначити, на що вона спрямовує свої зусилля. Крім того, цінності можуть бути внутрішнім джерелом особистісного росту, заохочуючи до здобуття нових знань, навичок і досвіду. Таким чином, цінності впливають на різні аспекти життя та допомагають формувати особистісний розвиток. Так, наявність професійно важливих цінностей та компетентностей грає важливу роль у формуванні емоційно-вольової готовності до професійної [39] діяльності внутрішньо переміщених осіб, особливо під час професійного навчання або професійної кризи. Ось які аспекти це включає [13].

Професійні цінності є ключовим елементом мотивації для внутрішньо переміщених осіб, оскільки розуміння та прийняття цінностей своєї професії

може стати джерелом внутрішнього натхнення. При цьому важливо, щоб особа розуміла та цінила цінності своєї обраної професії, що стимулює більш активну участь у навчанні та професійному розвитку. Здобуття необхідних компетентностей та знань для виконання професійних завдань є ключовим аспектом готовності до професійної діяльності [49]. Внутрішня мотивація, яка полягає в задоволенні від самого процесу навчання та роботи, а не лише від зовнішніх нагород чи визнання, є ще одним важливим аспектом готовності до професійної діяльності. Саморефлексія та здатність до аналізу власних дій і рішень є важливим елементом розвитку готовності до професійної діяльності. Внутрішньопереміщені особи повинні бути відкритими до постійного вдосконалення себе та своєї роботи.

Враховуючи ці аспекти та розвиваючи їх, внутрішньопереміщені особи можуть покращити свою готовність до професійної діяльності і більш успішно впоратися з викликами професійного навчання та кар'єрного розвитку. Ці моменти свідчать про те, що внутрішньопереміщені особи приділяють велику увагу розвитку своєї професійної ідентичності і формуванню власного іміджу. Збереження та покращення свого професійного іміджу визнається важливою метою для внутрішньо переміщених осіб. Вони ретельно дбають про свою репутацію та сприймають її як частину своєї ідентичності [7].

Незважаючи на зміни в житті, внутрішньопереміщені особи продовжують активно працювати над своїм професійним розвитком. Це може включати в себе навчання, підвищення кваліфікації, участь у професійних спілках і організаціях. Зростає усвідомлення важливості власного здоров'я і безпеки. Внутрішньопереміщені особи розуміють, що фізичний і психологічний стан впливає на їхню професійну діяльність, тому вони приділяють увагу здоровому способу життя та безпеці на робочому місці. Всі ці аспекти свідчать про високий рівень самосвідомості та професійної самосвідомості внутрішньо переміщених

осіб, а також про їхню готовність до впорядкування свого професійного життя відповідно до власних цінностей і стандартів.

Відмінно описав структуру самоствавлення Л. С. Виготський, підкреслюючи, що це складна єдність, яка включає в себе соціальну сферу і соціальну ситуацію розвитку. Соціальна сфера – це важлива складова самоствавлення, яка визначається соціальними ролями, очікуваннями і стереотипами, які суспільство накладає на індивіда. Соціальна сфера включає в себе те, як особа бачить себе в соціальному контексті, які ролі вона відіграє і які цінності вона спільнікує з оточуючими [28]. Соціальна ситуація розвитку – це внутрішні та зовнішні обставини, які впливають на формування самоствавлення. Вона включає в себе особистісний досвід, взаємодію з іншими людьми, виховання, освіту і багато інших факторів. Соціальна ситуація розвитку може змінюватися протягом життя і впливати на самоствавлення.

Самоствавлення може змінюватися в залежності від пріоритетів і цілей особистості наголошував на тому Л. С. Виготський. Якщо людина прагне до найвищої самореалізації в певній сфері діяльності, то це може вплинути на її самоствавлення і сприяти більш позитивному ставленню до себе у цій сфері [42]. Усі ці компоненти діють взаємозв'язано і визначають те, як особа сприймає себе, свій соціальний статус і свої можливості для самореалізації в суспільстві. Враховуючи ці аспекти, можна краще розуміти формування і зміну самоствавлення людини в різних соціальних контекстах і на різних етапах її розвитку [6].

З часом, з розвитком філософії, психології та інших наук, дослідження самоствавлення стало складнішим і багатограннішим. Різні науковці розглядали цю тему з різних точок зору та розробляли різні концепції та теорії. Самоствавлення залишається актуальною темою і в сучасній психології, оскільки воно має важливе значення для розуміння людської особистості, її мотивації, емоцій, та є ключовим аспектом в психологічній практиці, такій як психотерапія та розвиток особистості. Позитивне ставлення до себе є ключовою умовою для

гармонійного розвитку та високого рівня самоідентифікації особистості [62;63]. Воно має значний вплив на успіх у діяльності та самореалізацію особистості і визначає міру її суб'єктності у формуванні позитивної Я–концепції. Дослідники підкреслюють, що саме позитивне самоствавлення є важливою умовою для збереження психічного благополуччя та психічного здоров'я.

Позитивна самооцінка і висока самоповага є важливими чинниками продуктивності під час виконання діяльності і реалізації творчого потенціалу. Вони також мають великий вплив на виявлення почуттів та саморозкриття загалом. Позитивне самоствавлення створює підґрунтя для віри людини у власні сили, що допомагає їй бути готовою до ризику. З іншого боку, негативне та конфліктне ставлення до себе може призводити до поведінкових адикцій і девіацій. Отже, самоствавлення є важливим процесом і результатом, який вивчається представниками різних психологічних напрямків. На сьогоднішній день відсутня єдина точка зору на визначення феномену ставлення людини до себе, механізмів його формування і структури компонентів.

Позитивно або негативно оцінюючи свої дії та моральні якості, людина переживає різні емоційні стани різної складності, інтенсивності та усвідомленості. Моральне почуття стосовно себе формується в межах самоосвіти і самооцінки, але воно не виникає незалежно від цих внутрішніх оцінок і самооцінок. На етапі морального самоствавлення емоційно–оцінна реакція стає більш складною і розвивається через процес усвідомлення власних оцінок і самооцінок [2]. Самоствавлення відображає самооцінку людини, яка виникає на основі оцінки її дій, потреб і рис характеру іншими людьми. Це може бути джерелом емоційних переживань і реакцій на власну самооцінку. З часом процес самоствавлення стає стійким самоствавленням, яке виражається у наявних переживаннях. Таким чином, усвідомлена самооцінка актуалізується через усвідомлене самоствавлення.

Самоставлення включає в себе інтерес, силу емоцій та бажання, і ці компоненти можуть виявлятися у поведінці, діях і переживаннях людини. Емоційний компонент грає важливу роль у формуванні та виявленні самоставлення, оскільки емоції можуть впливати на те, як людина сприймає себе та світ навколо себе. Суб'єктивні переживання, які описують ставлення до себе, можуть бути опосередкованим способом пізнання та виявлення цього важливого психологічного явища.

В основному, ставлення є результатом індивідуального розвитку особистості і відображає ступінь її зацікавленості, емоційної наснаги та бажань, які виявляються у її поведінці. Самоставлення, в свою чергу, це свідоме відношення до власних дій і характеристик. М. Розенберг стверджує, що самооцінка відображає ступінь позитивного ставлення особистості до компонентів, які входять у сферу її "Я". Тобто висока самооцінка сприяє прийняттю себе позитивно, в той час як низька самооцінка вказує на негативне відношення до власної особистості [61]. Українські дослідники пояснюють глобальну самооцінку як результат взаємодії самопізнання та емоційно-ціннісного самоставлення. За словами І. Коця, самооцінка визначається як остаточне вимірювання "Я", яке відображає ступінь прийняття або відкидання особистістю самої себе. Загалом, є три підходи до пояснення формування глобальної самооцінки. Глобальна самооцінка розглядається як набір приватних оцінок, пов'язаних з різними аспектами Я-концепції. Інтегральна самооцінка, яка об'єднує різні приватні аспекти. Інший підхід розглядає глобальну самооцінку як структуру, що включає в себе різні приватні оцінки.

Справді, поняття глобальної самооцінки як суми приватних самооцінок може бути об'єктом критики. Альтернативним підходом, який підтримується такими дослідниками, як У. Джемс, С. Куперсміт, М. Розенберг, Ходжа і Макарти, є ідея, що різні сфери та особливості особистості можуть бути об'єктом самооцінки. Це означає, що людина може оцінювати себе в різних аспектах і

областях життя, і ці оцінки можуть бути незалежними одна від одної. Такий підхід враховує багатогранність особистості і дозволяє краще розуміти, як людина сприймає себе в різних ситуаціях та контекстах [4].

Так, багато дослідників, таких як Р. Бернс, У. Джеймс, С. Куперсміт, Ходжа і Макарти, розглядають глобальну самооцінку як універсальне утворення, яке виражає ступінь позитивного ставлення індивіда до свого власного уявлення про себе [58]. Вони також підтримують ідею, що ця узагальнена самооцінка інтегрується з приватними самооцінками, тобто оцінками, які стосуються конкретних аспектів і областей життя. Ця інтеграція дозволяє створити повніше уявлення про те, як особистість сприймає себе як цілісну індивідуальність, а також як вона оцінює свої конкретні характеристики та досягнення.

В західній психології самооцінку розглядають у зв'язку з опрацюванням уявлень особистості про себе як про систему соціальних настанов. Це означає, що спосіб, яким особистість сприймає себе і оцінює свої характеристики, може бути сильно вплинутий соціокультурними чинниками та суспільними стереотипами. Особисті уявлення про себе формуються через взаємодію з іншими людьми, соціальними нормами та очікуваннями, і це впливає на їхню самооцінку та глобальне самоствавлення.

Позитивне самоствавлення як загальна настанова людини щодо своєї цінності. Згідно з цим підходом, позитивне самоствавлення визначається загальним переконанням особистості у власній цінності, важливості та самоповазі. Ця настанова впливає на спосіб, яким людина ставиться до себе та власних можливостей. Представники цього підходу включають С. Куперсміта, М. Лукіна, Н. Сарджвеладзе [59]. Позитивне самоствавлення як емоційний компонент настанови. За цим підходом, позитивне самоствавлення визначається як емоційний стан або компонент настанови, який виникає в результаті сприятливих оцінок себе та власних характеристик. Це означає, що позитивне самоствавлення може виражатися у позитивних емоціях, таких як радість,

гордість, або у внутрішньому переконанні у власній спроможності. Представники цього підходу включають Р. Бернса, В. Горяняніну, І. Кона, М. Розенберга.

Ці два підходи розглядають позитивне самоствавлення з різних точок зору, однак обидва вони важливі для розуміння цього психологічного явища.

Позитивне самоствавлення вивчається докладно в роботах таких авторів, як В. Ядов, І. Кон, Л. Лукін, Н. Сарджвеладзе та інші. Особливо докладно це питання досліджувалося Н. Сарджвеладзе, який вперше ввів поняття "самоствавлення". За думкою цього вченого, ставлення до себе складає зміст системи особистості і є її структурною основною одиницею [19]. Це позитивне самоствавлення визначає те, як людина сприймає себе, свою цінність і важливість. Цей підхід підкреслює значення самоствавлення як важливого аспекту формування і розвитку особистості. Він розглядає самоствавлення як ключовий компонент Я-концепції і вказує на його важливість для психологічного благополуччя та самореалізації особистості.

І. Чеснокова наголошує, що самоствавлення як психологічне утворення може приймати різні форми, такі як самоповага, гордість, самолюбство. Ці форми не залишаються незмінними, але розвиваються та змінюються в процесі часу. Емоційний досвід особистості грає важливу роль у формуванні її самоствавлення. Емоційні стани, які виникають під час роздумів про себе, вирішуються її емоційним фоном і стають важливим елементом структури самосвідомості. Самоствавлення особистості як емоційний компонент самосвідомості розглядають О. Леонт'єв і Є. Соколова. Особливу увагу приділяє О. Леонт'єв емоційно-ціннісному ставленню, яке має чітко визначений предмет та є результатом специфічного узагальнення емоцій [13].

Загалом, самоствавлення людини розглядається як емоційний компонент самосвідомості, що формується на основі різних переживань. Сучасна психологія

пояснює самосвідомість як емоційно–ціннісне самоствалення, яке є важливою передумовою для формування саморегуляції та саморозвитку [12].

1.3 Внутрішньо переміщені особи: визначення та особливості

Внутрішньо переміщені особи (ВПО), за офіційним визначенням, є особами, які залишили свої місця проживання через небезпеку, але не перетнули міжнародний кордон і залишаються на території своєї власної країни. У них є законний статус та захист від свого уряду, і їм гарантовані всі їхні права та привілеї відповідно до міжнародних стандартів прав людини. Соціальна група внутрішньо переміщених осіб в Україні почала формуватися активно під час подій 2014 року, коли Російська Федерація взяла під контроль територію Криму та частин Донецької і Луганської областей шляхом збройної агресії [39]. У зусиллях збереження власного життя під час воєнного конфлікту люди були змушені залишити свої рідні місця проживання та переселитися до інших регіонів України. Згідно інформації IDMC, Україна займала восьме місце в світі за кількістю внутрішньо переміщених осіб у 2015 році. У 2016 році урядом Гройсмана було утворено "Міністерство з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій України," яке відповідає за гуманітарну допомогу та ключові аспекти, пов'язані з переселенцями з Криму, Луганської та Донецької областей. За останніми даними з "Єдиної інформаційної бази даних про внутрішньо переміщених осіб," в Україні зареєстровано 144,688 переселенців з територій Криму, Донецької та Луганської областей [70].

Так, соціальна група внутрішньо переміщених осіб в Україні є численною і вимагає глибоких наукових досліджень для розуміння їхніх потреб, проблем та впливу на суспільство. Внутрішньо переміщені особи стикаються з труднощами, такими як відсутність власного житла, внаслідок переїзду до інших регіонів.

Соціально–економічна ситуація може ускладнюватися через втрату роботи або стійкого доходу під час конфлікту, що утруднює забезпечення належного рівня життя. Деякі переселенці можуть стикатися з дискримінацією чи упередженням при пошуку житла в новому місці, що ускладнює їхню інтеграцію та адаптацію. Упередження на ринку праці може також ставити їх перед труднощами при знаходженні роботи чи вступі на новий ринок праці у новому регіоні [50]. Проблеми внутрішньої адаптації вказують на труднощі, з якими стикаються переселенці при впровадженні у нове середовище, зокрема в сфері соціальних відносин та інтеграції в нову громаду.

Ці аспекти свідчать про складну ситуацію внутрішньо переміщених осіб і підкреслюють необхідність підтримки та допомоги від влади та громадськості для полегшення їхньої адаптації та успішної інтеграції в новому оточенні. Упереджене ставлення та дискримінація в напрямку внутрішньо переміщених осіб становлять серйозні труднощі при оренді житла. Поняття "іншування" та стигматизації відображає той факт, що члени цієї групи можуть зіткнутися з упередженими уявленнями та стереотипами від інших людей, що ускладнює їхню соціальну інтеграцію та можливості отримання житла.

Дослідження ролі різних форм капіталу, таких як соціальний, економічний і культурний, може розкрити фактори, що призводять до проблем житлової ексклюзії внутрішньо переміщених осіб. Соціальний капітал впливає на здатність отримувати підтримку в громаді, економічний капітал визначає фінансові можливості, а культурний капітал впливає на переговори з орендодавцями. Аналіз цих аспектів допомагає розуміти ситуацію та виробляти стратегії для полегшення інтеграції та покращення умов проживання внутрішньо переміщених осіб [54].

Внутрішньо переміщені особи (ВПО) можуть мати різні особливості, такі як втрата домовки, стрес, труднощі соціальної інтеграції, економічні труднощі та інші. Ці аспекти залежать від причин переселення, включаючи конфлікти,

природні катастрофи і економічні труднощі. Розуміння цих особливостей важливо для розробки ефективних стратегій підтримки та інтеграції ВПО.

Соціальна інтеграція внутрішньо переміщених осіб (ВПО) включає кілька ключових аспектів, зокрема надання житла, освіти та можливостей для зайнятості. Житло є критичним для успішної соціальної інтеграції ВПО. Органи влади та громадські організації можуть відігравати важливу роль, надаючи підтримку у забезпеченні доступу до житла та активно допомагаючи у пошуку проживання для цієї категорії осіб. Освіта виступає ще одним ключовим елементом соціальної інтеграції ВПО [69]. Забезпечення доступу до освіти для ВПО та їхніх дітей сприяє не лише підвищенню їхнього рівня кваліфікації, але й розширенню соціального кола знайомств та покращенню їхніх можливостей для трудової зайнятості. Створення можливостей для зайнятості є ще однією важливою складовою соціальної інтеграції ВПО. Це включає в себе не лише надання професійної підготовки, але й активну підтримку у процесі пошуку роботи, сприяючи тим самим успішному включенню внутрішньо переміщених осіб у громадське життя та економіку.

Медична допомога та психологічна підтримка є важливими для розв'язання фізичних та психологічних проблем внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Культурна і соціальна інтеграція також грають ключову роль у їхній успішній адаптації, сприяючи зустрічам з місцевим населенням, підтримці культурних інтересів та активній участі у громадському житті. Забезпечення правового захисту та протидія дискримінації також є ключовими аспектами для соціальної інтеграції ВПО [47]. Надання психологічної підтримки та консультацій є ще однією важливою складовою соціальної інтеграції ВПО. Це сприяє їхній здатності подолати стрес і травми, пов'язані з переселенням та воєнними подіями, допомагаючи їм знаходити емоційну стабільність та адаптуватися до нового оточення.

Важливо також враховувати участь ВПО у процесах прийняття рішень, які стосуються їхнього майбутнього та спільноти. Це сприяє не лише їхній активній ролі в формуванні власного життєвого шляху, але й сприяє побудові взаєморозуміння та взаємодії між ВПО та іншими членами спільноти.

Соціальна інтеграція внутрішньо переміщених осіб (ВПО) потребує спільних зусиль уряду, громадських організацій та громади. Успішне досягнення цієї мети покращує якість життя ВПО та сприяє відновленню стабільності в постраждалих регіонах. Збереження ідентичності ВПО важливе для їхньої адаптації та соціальної інтеграції. При врахуванні стресу та травм, пов'язаних з переселенням, збереження ідентичності сприяє знаходженню ВПО стабільності та підтримки в новому оточенні. Створення спільнот та груп для обміну досвідом і підтримкою є одним зі способів збереження ідентичності ВПО. Збереження культурної спадщини є важливим завданням. Поощрення ВПО у збереженні своєї культурної спадщини через організацію культурних заходів та свят допомагає їм відчувати себе ближчими до своєї ідентичності [47]. Самовираження відіграє ключову роль у збереженні ідентичності ВПО, дозволяючи їм виражати почуття, ідеї та потреби через мистецтво, літературу, музику та інші форми самовираження. Освіта та інформація є важливими, надаючи можливість ВПО навчатися та отримувати інформацію про свою історію, культуру та спадщину, що сприяє підтримці їхньої ідентичності [58].

Участь у громадському житті та активна участь у громадських та культурних подіях сприяють відчуттю ВПО частиною спільноти та збереженню їхньої ідентичності. Психологічна підтримка, включаючи надання допомоги у впоранні з травмами та стресом, допомагає ВПО зберегти свою ідентичність. Уважне вислуховування є важливим, оскільки дозволяє ВПО висловлювати свої почуття та думки щодо своєї ідентичності та переживань. Збереження ідентичності ВПО є важливим для їхньої самоідентифікації та відчуття стабільності в нових умовах, сприяючи їхній соціальній інтеграції та психічному

здоров'ю. Проблеми, з якими стикаються ВПО, включають відсутність власного житла, проблеми соціально–економічного становища, дискримінацію та упередження в новому оточенні. Створення спеціальних програм та ініціатив для підтримки ВПО, а також робота над збереженням їхньої ідентичності та культурної спадщини є важливими завданнями для суспільства та уряду.

Збереження ідентичності ВПО може допомогти їм відчутти себе стабільними та впевненими в новому оточенні, а психологічна та соціальна підтримка є ключовими чинниками їхньої успішної інтеграції в суспільство [15].

Висновки до розділу

Самоставлення, як ключовий аспект психологічної структури особистості, починає формуватися з дитинства під впливом соціального середовища, цінностей, мотивації та емоційних переживань, які важливі для самоусвідомлення особи.

У сучасній психології загалом визнається тривимірна структура самоставлення, яка включає в себе самоповагу, ауто симпатію та самоприняття. Це має прямий вплив на свободу вираження почуттів під час спілкування. Позитивне та стійке самоставлення базується на вірі людини у свої можливості та готовності приймати ризики, і це сприяє оптимізму у відношенні до очікуваної успішності своїх дій.

На підставі такого глибокого аналізу власного несвідомого розвивається самоефективність особистості. Самоефективність полягає в тому, як людина оцінює свою здатність до успішної діяльності в конкретних ситуаціях. Психологічні особливості самоставлення внутрішньо переміщених осіб (ВПО) можуть виникати через досвід переселення, впливаючи на їхню самооцінку та психічне самопочуття. Втрата рідного житла може призвести до втрати віри в себе та здібностей, спричиняючи тривожність і неспокій. Ці фактори впливають

на самоствалення та можуть викликати внутрішню боротьбу за нову ідентичність у зміненому соціальному середовищі. Зрозуміння цих викликів є важливим для розробки підтримки та інтервенцій, спрямованих на відновлення самооцінки та психологічної стійкості ВПО.

Розуміння цих психологічних особливостей може допомогти фахівцям у сфері психології та соціальної підтримки розробити ефективні практичні рекомендації для підтримки внутрішньо переміщених.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДОЛОГІЯ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСТАВЛЕННЯ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

2.1 Організація та методологічне обґрунтування дослідження особливостей самоставлення ВПО

Аналіз опрацьованих даних з вибраної теми підтверджує, що для внутрішньо переміщених осіб належить надавати перевагу формуванню самооцінки та самостійності під час перебування в юнацькому середовищі. У цьому контексті важливим стає їхній особистий розвиток, покращення соціальної взаємодії, комунікаційних навичок, компетентностей та самоефективності. Нове соціальне оточення може слугувати стимулом для здобуття внутрішньопереміщеними особами необхідних навичок та ресурсів для успішного взаємодії з новим оточенням та подолання труднощів, пов'язаних із переміщенням.

Проблема формування особистості є об'єктом вивчення як у вітчизняній, так і в закордонній психології. В цьому напрямку проводили дослідження визначні світові вчені, такі як А. Бандура, Н. Бранден, М. Єрусалем, М. Зіммерман, Дж. Роттер, М. Шерер, Р. Шварцер, а також вітчизняні дослідники, серед яких О. Бажин, Н. Булинко, М. Гайдар, І. Галецька [4].

Мета проведення даного дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні психологічних особливостей саморозвитку внутрішньо переміщених осіб.

Структура дослідження:

1. Проведення аналізу та збору теоретичного матеріалу, на вивчення теми: "Психологічних особливостей самоставлення внутрішньо переміщених осіб".

2. Вибір діагностичних методів для визначення характерних рис самоставлення у внутрішньо переміщених осіб.

3. Аналіз отриманих результатів опитування для встановлення порівняльних висновків.

4. Розкриття особливостей формування самоставлення у внутрішньо переміщених осіб, представників обох статей

5. Висновки на підставі отриманих даних.

Вибірка дослідження.

У дослідженні брали участь 30 учасників у віці від 20 до 45 років. Експеримент проводився на базі Хмельницького обласного центру соціально–психологічної допомоги м. Хмельницькому, включаючи 20 жінок і 10 чоловіків.

На констатувальному етапі експерименту, спрямованого на оцінку рівня самоставлення у внутрішньо переміщених осіб, ми використали діагностичний інструментарій для виявлення даного стану.

1. «Тест–опитувальник самоставлення» (В.В. Столін та С. Р. Пантелєєв); 2.

2. «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема»;

3. «Методика діагностики рефлексивності» (А. В. Карпова, В.В. Пономарьова);

4. «Визначення рівня самооцінки» (С. В. Ковальов).

Завдяки цим тестами була отримана можливість визначити основні компоненти самоставлення у внутрішньопереміщених осіб, а також їхню готовність до соціальної адаптації, здатність до успішного відновлення або розбудови професійної кар'єри після переміщення. готовність до подолання емоційних викликів, пов'язаних з втратою рідного середовища.

Розглянемо суть кожної з зазначених методик та опишемо висновки, які можна зробити після їх застосування.

1. **Тест–опитувальник самоставлення (В.В. Столін та С.Р. Пантелєєв)** включає ряд шкал:

1. *Шкала внутрішньої чесності, або "Відкритості"*, враховує важливі аспекти образу "Я", самоствалення та поведінки, які особистості можуть вважати значущими, але є складними для усвідомлення чи свідомого розуміння.

Низькі показники на шкалі свідчать про глибоку самосвідомість, підвищену рефлексивність і критичне ставлення, а також про здатність бути відкритим у виявленні важливої, але можливо неприємної інформації перед собою та іншими. Крайньо низькі значення можуть вказувати на рівень відкритості, який іноді може сприйматися як цинічний.

Високі показники свідчать про закритість, нездатність або небажання свідомо усвідомлювати та розкривати важливу інформацію про себе. У крайньому випадку це може вказувати на тенденцію до прямої брехні та фальсифікації результатів в напрямку соціально бажаних відповідей.

Ця шкала визначає переважання однієї з двох тенденцій: або критичності, глибокого саморозуміння, внутрішньої чесності та відкритості, або конформізму та вираженості мотивації до соціального схвалення. Достовірність результатів діагностики контролюється через цю шкалу. Високі бали на цій шкалі можуть вказувати на недостатню рефлексію щодо уявлень і переживань, пов'язаних із концепцією "Я", а також на тенденції надавати соціально-бажані відповіді.

2. *Шкала "Самовпевненість"* визначає уявлення про себе як про самостійну, вольову, енергійну та надійну особу, якій є причини для поваги до себе.

Низькі показники на шкалі свідчать про відчуття незадоволеності собою та своїми можливостями, а також про сумнів щодо здатності отримати повагу.

Високі показники на шкалі відповідають позитивному відношенню до себе, вираженій самовпевненості та відсутності внутрішньої напруженості.

3. *Шкала "Самокерівництво"* відображає уявлення про те, що суб'єкт вважає себе основним джерелом активності та результатів, які стосуються як його діяльності, так і власної особистості.

Людина з високим балом за шкалою "Самокерівництво" відчуває своє власне "Я" як внутрішню опору, що об'єднує її особистість і життєдіяльність. Вона вважає, що сама керує власним життям та має чіткі цілі, вважаючи їх обґрунтованими та послідовними.

Низькі значення вказують на те, що особа вірить у підкореність свого "Я" змінливим обставинам часу, виявляє недостатню здатність протистояти впливу долі, має проблеми з саморегуляцією, характеризується розмитою точкою контролю та не виявляє тенденції шукати причини своїх дій та результатів у власних властивостях.

4. *Шкала – відображене самоставлення – «Дзеркальне «Я» –* відображає очікуване ставлення до себе з боку інших людей.

Низькі показники на шкалі свідчать про те, що особа очікує протилежних почуттів від загальної оцінки іншими.

Високі показники на шкалі відповідають тому, що суб'єкт уявляє собі, що його особистість, характер і діяльність можуть викликати у інших повагу, симпатію, схвалення та розуміння.

5. *Шкала "Самоцінність"* віддзеркалює емоційну самооцінку особистості, її внутрішній світ оцінюється за критеріями любові, духовності і багатства внутрішнього світу.

Високі бали на цій шкалі виражають зацікавленість у власній особистості, почуття любові до себе та переконання у власній цінності, а також усвідомлення очікуваної цінності своєї особистості для інших. Низькі оцінки на цій шкалі свідчать про невпевненість у духовному "Я", сумніви у власній цінності, відчуття відстороненості, яке майже переходить у байдужість до власної особистості, а також втрату інтересу до внутрішнього світу.

6. *Шкала "Самоприйняття":*

Високі бали на цій шкалі вказують на те, що особа має дружнє ставлення до себе, згоду з власним "Я", схвалення своїх планів та бажань, а також емоційне, беззастережне прийняття себе таким, як вона є, навіть із деякими недоліками.

Низькі бали, навпаки, свідчать про відсутність цих якостей та недостатність самоприйняття, що може слугувати важливим сигналом дезадаптації.

7. Шкала "Самоприв'язаність":

Високі показники на цій шкалі свідчать про ригідність "Я–концепції", сильну прив'язаність і неочікуваність змін, які можуть виникнути на тлі загального позитивного ставлення до себе. Такі переживання часто пов'язані з прив'язаністю до неадекватного образу "Я". У випадку останнього, тенденція зберігати такий образ може бути одним із захисних механізмів самосвідомості.

Низькі оцінки на цій шкалі вказують на протилежні тенденції: бажання здійснити внутрішні зміни, прагнення до відповідності ідеальному уявленню про себе та виявлення незадоволеності власною особистістю. Начало форми

8. Шкала "Внутрішня конфліктність":

Високі показники на цій шкалі вказують на наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів та непогодження з самим собою, які супроводжуються тривожно–депресивними станами та відчуттям провини. У той час як помірне підвищення по цьому значенні, свідчить про збільшену рефлексію, глибоке проникнення у власні почуття, усвідомлення труднощів, а також осмислене формування внутрішнього "Я" та відсутність витіснення.

Шкала з гранично низькими значеннями вказує на відмову визнати проблеми, закритість та поверхове самозадоволення.

9. Шкала "Самозвинувачення":

Високі показники на цій шкалі свідчать про готовність самозвинувачення, готовність визнати власні помилки, невдачі та недоліки. Ця шкала вказує на відсутність симпатії до себе, яка супроводжується негативними емоціями

стосовно власної особистості, навіть при високій самооцінці власних якостей та досягнень.

Шкали групуються в три самостійні та зрозумілі фактори, які можна чітко інтерпретувати.

1-ий фактор – Самоповага: шкали 1, 2, 3, 4. Відображає, як індивід оцінює своє власне "Я" в контексті соціально-нормативних критеріїв та модальності.

2-ий фактор – Аутосимпатія: шкали 5, 6, 7. Відображає, як емоційно індивід ставиться до свого власного "Я".

3-ій фактор – Самоприниження: шкали 8, 9. Відображає негативне ставлення до себе.

2. «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема».

Концепт самоефективності (self-efficacy), який вперше висловив А. Бандура, відображений у «Шкалі загальної самоефективності», розробленій Р. Шварцером та М. Єрусалемом, та адаптованій В.Г. Ромеком.

Згідно з дослідженнями Р. Шварцера, М. Єрусалема та В. Г. Ромека, ця методика проявляє достатню надійність і може служити ефективним психодіагностичним інструментом. Концепція самоефективності вказує на свідомість людиною своєї здатності впливати на свою поведінку у відношенні до конкретних завдань або ситуацій.

За А. Бандурою, чотирма основними джерелами розвитку самоефективності є успішний досвід, опосередкований досвід, вербальне переконання та емоційне напруження. Поняття самоефективності тісно пов'язане із концепцією інтерсуб'єктивності, оскільки для виявлення суб'єктних якостей людина повинна мати певний рівень самоефективності. З іншого боку, рівень самоефективності може впливати на особливості побудови міжособистісних відносин.

Учасникам дослідження пропонується оцінити рівень своєї самоефективності за допомогою методики. Для цього їм слід ретельно

розглянути кожне твердження та вказати в спеціальному реєстраційному бланку найбільш підходящу відповідь стосовно ефективності їхньої професійної діяльності при виконанні визначених завдань (позначивши знаком “+” відповідну клітину).

Методика оцінювання самоефективності складається з 10 тверджень, які респондентові пропонується зіставити з ефективністю своєї діяльності. Респондент може використовувати систему балів, де "абсолютно невірно" дорівнює 1 балу, "скоріш невірно" – 2 бали, "скоріш вірно" – 3 бали, "абсолютно вірно" – 4 бали.

Загальний результат визначається шляхом підсумовування балів, набраних на всіх 10 твердженнях.

Отримані бали можна розглядати наступним чином:

36–40 балів – висока самоефективність.

30–35 балів – вища за середню.

25–29 балів – середня.

20–24 бали – нижча за середню.

19 і менше балів – низька самоефективність.

3. «Методика діагностики рефлексивності» (А. В. Карпов, В. В. Пономарьова).

Методика діагностики рефлексивності, розроблена А. В. Карповим і В.В. Пономарьовою, ґрунтується на теоретичних концепціях, які конкретизують загальне розуміння рефлексивності, а також враховує ряд інших важливих аспектів цієї психічної властивості. Опитувальник складається з 27 пунктів, на які респонденти відповідають за сімимальною шкалою Ліккерта. Методика орієнтована не лише на безпосередню рефлексивність як психічну характеристику, але також опосередковано враховує її вияви в двох інших визначених модусах. Питання методики розглядають як рефлексивність як психічну властивість, так і рефлексію як процес, а також рефлексування як стан.

На основі результатів методики визначається присутність одного з трьох основних видів рефлексії: ситуативної (актуальної), ретроспективної та перспективної рефлексії.

Високі показники тесту (більше 7 балів) свідчать, що особа виявляє більшу нахиленисть до аналізу своєї діяльності та вчинків інших людей. Вона здатна розкривати причини та наслідки своїх дій, як у минулому, так і в теперішньому та майбутньому. Така особа приділяє увагу деталям, ретельно планує свої дії та прогнозує можливі наслідки. Ймовірно, що таким людям легше розуміти інших, ставитися на їхнє місце, передбачати їхню поведінку та розуміти, як їх сприймають інші.

Середні результати тесту (від 5 до 7 балів) вказують на те, що особа проявляє ситуативність у виборі прийняття рішень, що стосуються аналізу власної діяльності та вчинків інших людей. Вона починає звертати увагу на обміркування своєї діяльності лише тоді, коли це абсолютно необхідно, але водночас виявляє схильність планувати її та передбачати наслідки, не перебуваючи в постійному зосередженні на цьому процесі. Ці особи здатні розуміти інших, проте надають пріоритет реалізації власних інтересів, а поведінка інших стає важливою для них лише в разі, коли це безпосередньо стосується їх самих.

Низькі показники тесту (менше 4 балів) є очевидним підтвердженням того, що у випробуваної особи менше схильності роздумувати про свою діяльність та вчинки інших людей, а також з'ясувати причини та наслідки своїх дій як у минулому, так і в теперішньому та майбутньому. Вона рідко обмірковує свою діяльність у найдрібніших деталях, їй важко прогнозувати можливі наслідки. Така особа зазнає труднощів у постановці себе на місце іншого та передбаченні його поведінки.

4. «Визначення рівня самооцінки» (С. В. Ковальов).

Методика розроблена С. В. Ковальовим і використовується для визначення рівня самооцінки особистості. Тест складається з 32 суджень, до яких учасники дослідження повинні висловити своє ставлення, використовуючи запропоновані варіанти відповідей, де 4 – дуже часто, 3 – часто, 2 – іноді, 1 – рідко, 0 – ніколи.

Отримані бали з усіх 32 міркувань підсумовуються для обробки результатів. Подальша інтерпретація визначається залежно від отриманих сумарних балів, де високі, середні та низькі результати вказують на різні рівні самооцінки особистості.

- сума балів від 0 до 25 свідчить про високий рівень самооцінки. У такому випадку особа, як правило, не має значних сумнівів у власних можливостях, адекватно сприймає зауваження інших і об'єктивно оцінює свої дії.

- сума балів від 26 до 45 свідчить про середній рівень самооцінки. У такому випадку людина може відчувати певну незручність у взаєминах з іншими, іноді недооцінювати себе та свої здібності без належних підстав.

- сума балів від 46 до 128 свідчить про низький рівень самооцінки. Люди з таким рівнем самооцінки можуть відчувати болу від критичних зауважень, частіше схильні підлаштовуватися під думку інших та можуть сильно страждати від надмірної сором'язливості.

2.2 Аналіз результатів дослідження основних складових самоствавлення особистості внутрішньо переміщених осіб

В дослідженні використовувалась методика "Тест–опитувальник самореалізації" розроблена В. В. Століном і С. Панталеєвим.

В середовищі внутрішньо переміщених осіб, що взяли участь у дослідженні в Хмельницькому обласному центрі соціально–психологічної допомоги, були отримані результати (див. таб. 2.1.) за першою шкалою опитувальника, яка стосується внутрішньої чесності та відкритості. Ці результати визначили різні

аспекти образу "Я", самоствлення та поведінки, що, маючи значення для особистості, представляють собою складні аспекти для усвідомлення.

Таблиця 2.1 – Результати за шкалою «Внутрішньої чесності та відкритості»

Шкала «Внутрішньої чесності та відкритості»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	20%	51%	29%
Жінки	19%	32%	49%
Загальна	39%	83%	78%

Серед чоловіків внутрішньо переміщених осіб, були отримані результати за першою шкалою опитувальника, що відображає внутрішню чесність та відкритість. Ці результати визначили аспекти образу «Я», самореалізації та поведінки, які, за їхньою важливістю для особистості, виявилися трудні для усвідомлення.

29 % опитаних чоловіків, внутрішньо переміщених осіб, проявили високий рівень показників за вказаною шкалою. Переважання таких значень вказує на наявність закритості, нездатності або нежадання усвідомлення та розкриття суттєвої інформації про себе. Крім того, важливо відзначити, що 4% опитаних із загальної кількості внутрішньо переміщених осіб, які відзначилися високим рівнем показників за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість", проявили крайню ступінь цього рівня результатів. Це свідчить про тенденцію до прямої брехні та фальсифікації результатів, зокрема спрямованої на те, щоб надати соціально бажані відповіді.

Для половини опитаних чоловіків (51%) стало характерним переважання середніх балів за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість". З одного боку, вони готові ділитися особистими відомостями про себе та усвідомлюють необхідність обміну чесною та відкритою інформацією як стосовно себе, так і

стосовно свого оточення. Проте в деяких випадках, коли вони вважають такий рівень розкриття інформації небажаним, ніщо не змусить їх виявити подібну діяльність. У підсумку можна зауважити, що внутрішньо переміщені опитувані з цієї групи обирають поміркований підхід до комунікативної та інформаційної взаємодії.

20% опитаних виявили низькі показники за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість". Це свідчить про наявність підвищеної рефлексивності та критичності, а також здатність чесно висловлювати собі та оточенню неприємну інформацію, визнаючи її значущість без приховування.

При цьому 4% опитаних осіб, які взяли участь у опитуванні, показали крайньо низькі значення за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість". З одного боку, це свідчить про їхню повну неспроможність говорити навіть трохи відмінно від правди. З іншого боку, такий підхід у представників даної групи може іноді виходити за межі об'єктивності, що мало ймовірно може бути прийнятним.

У групі жінок, опитаних внутрішньо переміщених осіб, отримані наступні результати. За першою шкалою вказаного опитувальника, що відноситься до внутрішньої чесності та відкритості, 49% опитаних жінок, проявили високий рівень показників. Переважання таких значень вказує на наявність закритості, нездатність або нежадання усвідомлення та розкриття суттєвої інформації про себе.

Для 32 % опитаних жінок, внутрішньо переміщених осіб, характерним стало переважання середніх балів за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість". Вони, в основному, обирають збалансований підхід до комунікативної та інформаційної взаємодії. Додатково, 19% опитаних жінок, проявили показники, що відповідають низькому рівню виявленості характеристик за шкалою "Внутрішня чесність та відкритість". Для цієї підгрупи є характерною висока рефлексивність та критичність, здатність чесно

висловлювати неприємну інформацію, яка має важливість, без будь-яких спроб її утаємнення.

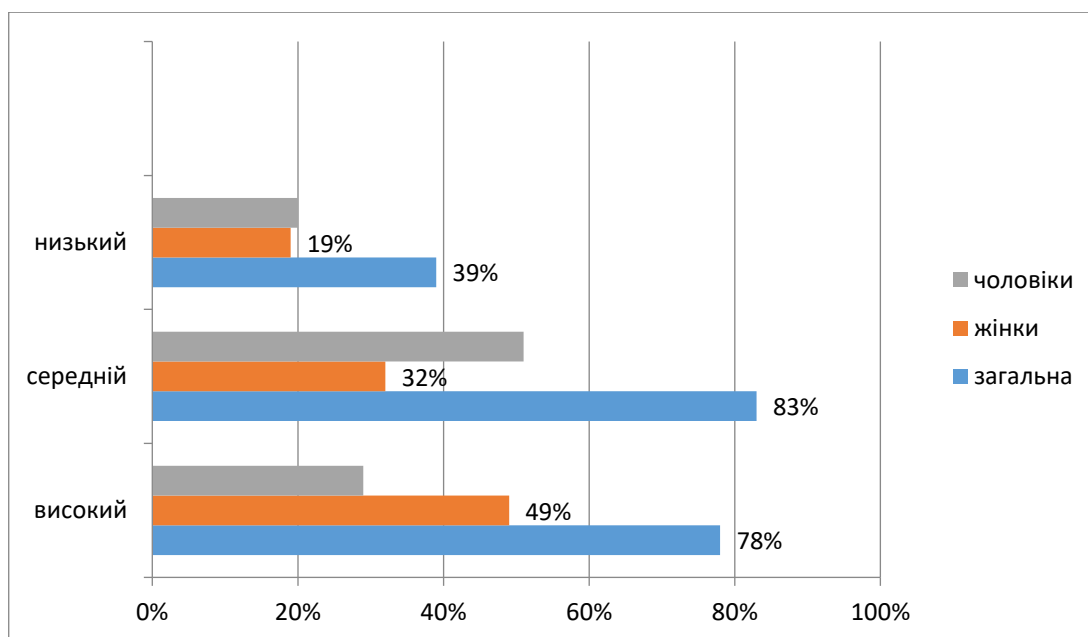


Рисунок 2.1 – Результати за шкалою «Внутрішня чесність та відкритість»

За другим показником "Самовпевненість" отримані результати вказують на уявлення учасників опитування про себе як про індивіда, який володіє самостійністю, вольовими якостями, енергійністю, надійністю та є особою, яка має підстави для самоповаги (див. таб.2.2)

Таблиця 2.2 – Результати за шкалою «Самовпевненість»

Шкала «Самовпевненість»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	34%	51%	15%
Жінки	38%	49%	13%
Загальна	53%	100%	28%

Серед опитаних чоловіків виявлено переважання середніх і низьких показників за вказаною шкалою. Високий рівень складає 15% від загальної

кількості опитаних. Учасники цієї групи опитування оцінюють себе як особу, що заслуговують на повагу від оточення, і відчують, що повинні поважати самі себе. За їхніми словами, вони вважають себе повністю самостійними, здатними виражати власну волю та реалізовувати її, володіють достатньою енергійністю та надійністю для успішного ведення професійної та особистої діяльності. Вони майже не відчують внутрішньої напруженості, загалом, їх можна описати як осіб з наближеною до високої самовпевненості, що виникає внаслідок наявності у них досить високої самооцінки.

Згідно із показниками середнього рівня, результати за шкалою "Самовпевненість" показали, що 51% учасників опитування, які є внутрішньопереміщеними особами, знаходяться на середньому рівні цього показника. Для учасників цієї групи опитаних характерно збалансоване ставлення до самооцінки: вони взагалі ставляться до себе з повагою, але вважають, що для того, щоб оточуючі їх поважали, їм самим потрібно мати певні підстави, такі як успішна професійна діяльність, кар'єрний розвиток і т. д. Навіть при виявленій самостійності, вони, проте, приділяють увагу думці тих, кого вони вважають авторитетами. Власну діяльність, засновану на вольових принципах, вони реалізують, переважно керуючись розсудливістю. Впевненість у собі притаманна, але вона не доходить до екстремальних проявів, що свідчить про відсутність надмірності та збереженість від самовпевненості.

Показники низького рівня за шкалою "Самовпевненість" виявилися у 34% опитаних. Представники цієї групи в основному висловлюють невдоволеність самими собою та своїми можливостями. У них відсутнє переконання в тому, що як вони особистості, так і їхня діяльність можуть викликати щиру повагу та захоплення. Чоловіки з цієї групи виявилися вкрай напруженими на внутрішньому рівні, вони не мають достатньої впевненості в собі, що є необхідним для серйозного та успішного ведення професійної діяльності. Часто вони схильні передавати відповідальність за результат своїх дій іншим людям,

тому самостійна активність для них часто вимагає конкретних вказівок з боку інших.

Щодо другої шкали "Самовпевненість" серед опитаних жінок, внутрішньо переміщених осіб, було виявлено переважання також середніх та низьких показників. Так, 49% опитаних жінок ВПО отримали середні бали за шкалою "Самовпевненість". Для цієї групи характерно збалансоване ставлення до самооцінки: вони загалом ставляться до себе з повагою, але враховують думку авторитетних осіб, спираючись на власні вольові основи та діючи з урахуванням доречності. Також було виявлено, що 38% опитаних низькі показники за шкалою "Самовпевненість". Опитані в цій групі в основному висловили невдоволеність власною особистістю та своїми здібностями. Жінки цієї категорії проявили високий рівень внутрішньої напруги та не виявили достатньої впевненості в собі, часто вони перекладають відповідальність за результати своєї діяльності на інших людей. Лише 13% опитаних жінок продемонстрували високі показники за шкалою "Самовпевненість". Вони вважають себе повністю самостійними, здатними висловлювати та реалізовувати власну волю, обладнаними достатньою енергійністю та надійністю для успішного ведення як професійних, так і особистих справ. Графічні дані за шкалою "Самовпевненість" представлені на рисунку 2.2

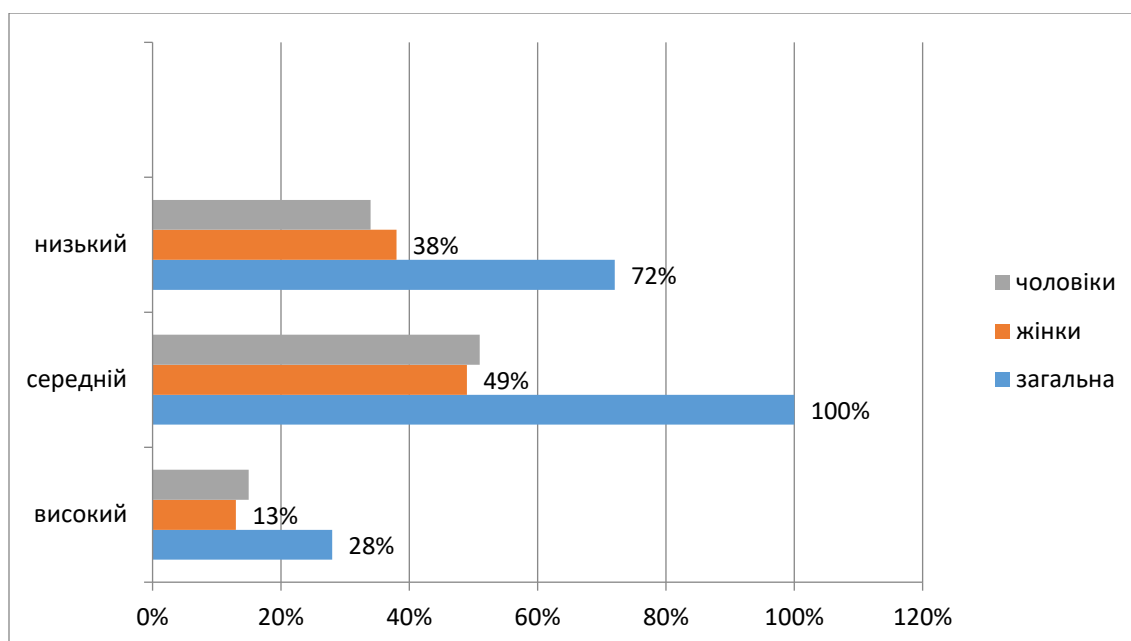


Рисунок 2.2 – Результати за шкалою «Самовпевненість»

За третьою шкалою опитувальника "Самокерівництво" виявлено, що уявлення про провідне джерело активності та результатів, пов'язаних як з діяльністю, так і з власною особистістю суб'єкта, зосереджується на самому суб'єкті (див. таб.2.3)

Таблиця 2.3 – Результати за шкалою «Самокерівництво»

Шкала «Самокерівництво»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	59%	32%	9%
Жінки	29%	61%	10%
Загальна	88%	93%	19%

На шкалі "Самокерівництво" всього 9% опитаних серед чоловіків внутрішньо переміщених осіб, отримали результати, що свідчать про високий рівень цієї характеристики. Представники цієї групи відрізняються виразним відчуттям внутрішнього "Я", яке служить ключовим джерелом для їхньої особистості та життєдіяльності. Вони вірять у свою здатність впливати на

контроль своєї долі та формувати її подальший шлях. Послідовність їхніх внутрішніх побудов та цілей обґрунтована, і вони періодично переходять межу між самовпевненістю та ігноруванням закликів оточуючих до уважності стосовно впливу з боку оточення та обставин.

Показники за шкалою "Самокерівництво" на рівні середнього отримали 32% опитаних. Вони вважають, що можливості та бажання самого суб'єкта є важливою складовою успішної діяльності, але при прийнятті рішень та керуванні своєю долею важливо брати до уваги думку оточуючих та об'єктивні обставини існування. Чоловіки, які виявили середній рівень за шкалою "Самокерівництво", вважають, що їх власні стимули та цілі можуть бути ефективними лише у випадку, якщо вони взаємодіють та узгоджуються із цілями та стимулами інших учасників команди. В їхньому розумінні, успіх особистості визначається взаємодією та колективними рішеннями, а не винятково власними вирішеннями одного індивіда.

59% чоловіків, внутрішньо переміщених осіб, які брали участь у дослідженні, виявили низький рівень за шкалою "Самокерівництво". Особи, які виявили низький рівень за шкалою "Самокерівництво", переконані, що небагато від них залежить у їхньому житті, як в професійному, так і в особистому плані. В їхньому уявленні те, що залежить від них, становить невелику частину повноцінного розвитку особистості. Вони вважають, що суб'єкт підданий часовим обставинам і не може впливати на них, інтегруючи це в їхнє розуміння формування обставин. У цій групі студентів локус контролю "Я" характеризується значною розмитістю, і вони часто перекладають вину за можливі або наявні невдачі на інших, ухиляючись від визнання власної ролі у таких результатах.

Щодо третьої шкали опитувальника "Самокерівництво" виявлено, що серед жінок ВПО переважають середні та низькі показники. Конкретно, 61% опитаних, продемонстрували результати, відповідні середньому рівню. За словами

представниць цієї групи, вони визнають важливість і можливості та бажання самого суб'єкта у реалізації успішної діяльності, але при прийнятті рішень та управлінні власною долею вони враховують як думку оточуючих, так і об'єктивні обставини існування. 29% опитаних жінок продемонстрували низький рівень за шкалою "Самокерівництво". За їхньою думкою, їхній вплив на життя, як в професійній, так і в особистій сфері, є обмеженим, і те, на що вони мають вплив, має невеликий внесок у повноцінний розвиток особистості. Жінки з низьким рівнем "Самокерівництво" вважають, що суб'єкт підкоряється часовим обставинам, і вони відсутні в змозі протистояти об'єктивним обставинам або хоча б впливати на їх формування.

10% опитаних жінок внутрішньо переміщених осіб, продемонстрували результати, що відповідають високому рівню за шкалою "Самокерівництво". За їхніми словами, вони вірять у свою здатність впливати на контроль над власною долею і визначати подальший її розвиток, вказуючи на мотивацію через обґрунтованість своїх внутрішніх мотивацій і цілей. На рисунку 2.3 наведено графічні показники за шкалою "Самокерівництво"

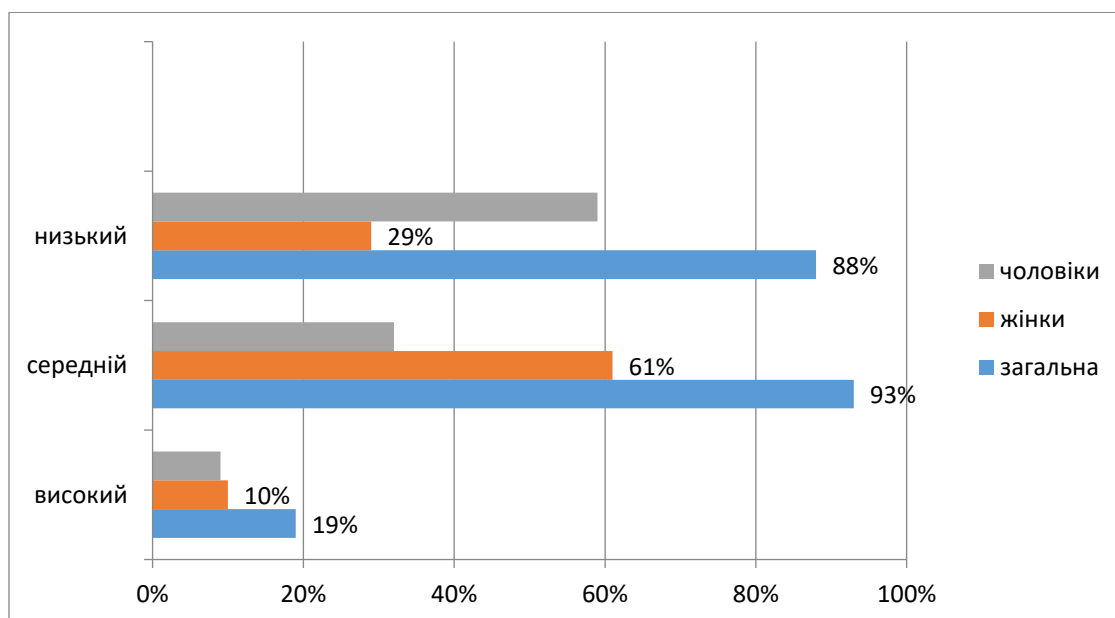


Рисунок 2.3 – Результати за шкалою «Самокерівництво»

За шкалою "Дзеркальне «Я»" проводилась оцінка внутрішнього сприйняття самоствалення у внутрішньоопераційних осіб. Результати цієї шкали допомагали визначити очікуване враження про учасників опитування, яке вони сприймають від інших людей (див. таб.2.4).

Таблиця 2.4 – Результати за шкалою «Дзеркальне «Я»»

Шкала «Дзеркальне «Я»»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	32%	43%	25%
Жінки	33%	44%	23%
Загальна	65%	87%	58%

25% опитаних чоловіків продемонстрували високий рівень за шкалою "Дзеркальне «Я». У цієї групи виявляється впевненість в тому, що їх особистість, характер та діяльність можуть викликати у оточуючих повагу, схвалення, розуміння та симпатію.

43% опитаних продемонстрували середній рівень за шкалою "Дзеркальне «Я»". Вони вважають, що гідні поваги до їх особистості та діяльності повинні ґрунтуватися на конкретних вчинках, а не бути автоматичною характеристикою.

32% осіб продемонстрували низький рівень за шкалою "Дзеркальне «Я»". Вони висловили сумніви щодо того, чи здатні їх особистість, характер та діяльність викликати повагу, схвалення, розуміння і симпатію в оточуючих.

Шкала "Дзеркальне «Я»" використовувалась для оцінки відображеного самоствалення також серед жінок ВПО.

23% опитаних жінок продемонстрували високий рівень за шкалою "Дзеркальне «Я»". У цих представниць групи присутня впевненість, що їх особистість, характер та діяльність здатні викликати у оточуючих повагу, схвалення, розуміння та симпатію.

44% опитаних жінок внутрішньо переміщені особи, показали середній рівень за шкалою "Дзеркальне «Я»". Вони вважають, що заслуговують на повагу за власну особистість та діяльність, проте така повага та з нею пов'язані характеристики (схвалення, розуміння, симпатія) повинні базуватися на конкретних вчинках, а не бути властивими іманентним явищем.

33% опитаних жінок продемонстрували низький рівень за шкалою "Дзеркальне «Я»". Вони висловили невпевненість в тому, що їх особистість, характер та діяльність можуть викликати в оточуючих повагу, схвалення, розуміння та симпатію. На рисунку 2.4 відображено графічні показники за шкалою "Дзеркальне «Я»".

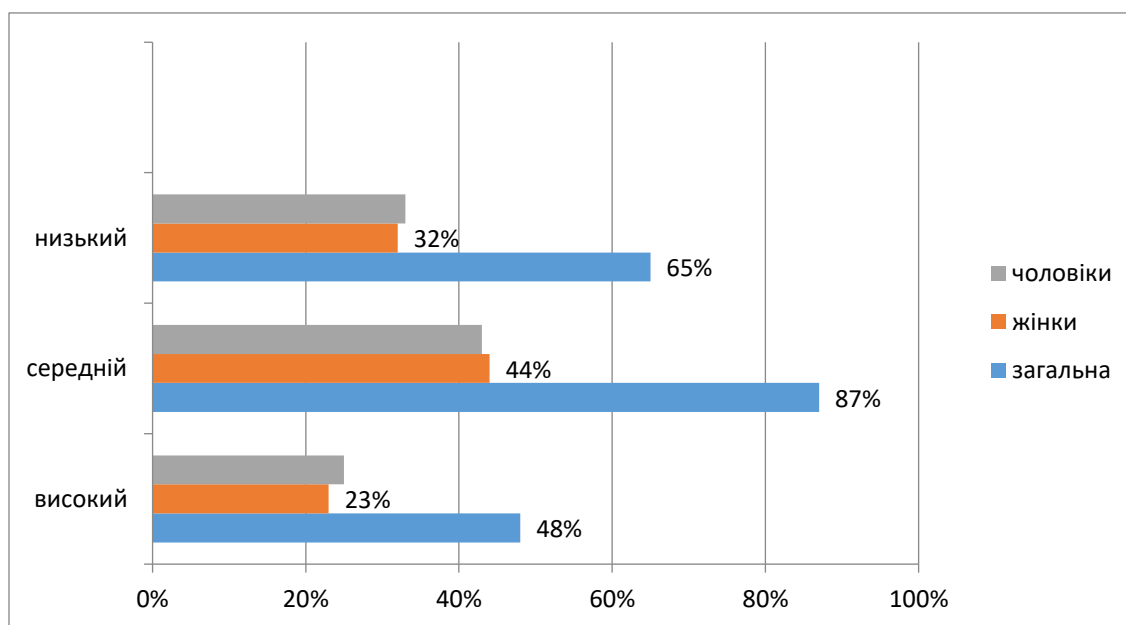


Рисунок 2.4 – Результати дослідження за шкалою "Дзеркальне «Я»"

За шкалою "Самоцінність" учасники опитування висловлювали свої емоційні оцінки щодо власного "Я", використовуючи внутрішні інтимні критерії, такі як любов, духовність та багатство внутрішнього світу (див. таб.2.5).

Таблиця 2.5– Результати за шкалою «Самоцінність»

Шкала «Самоцінність»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	44%	40%	16%
Жінки	40%	33%	27%
Загальна	84%	73%	43%

16% опитаних чоловіків продемонстрували високий рівень за шкалою "Самоцінність". Ця група відчуває цінність власної особистості і вбачає власне "Я" як щось цінне для оточуючих, розглядаючи себе як осіб, які заслуговують на любов до себе. 40% опитаних, що є внутрішньопереміщеними особами, продемонстрували середній рівень за шкалою "Самоцінність". Ця група вважає, що їх внутрішнє "Я" загалом достатньо розвинене, але вони можуть більше приділяти часу та можливостей його подальшому розвитку. Представники цієї групи сприймають свою особистість як загалом цінну, але не через факт її існування, а через конкретні справи, які вони виконують. 44 % опитаних чоловіків виявили низький рівень самооцінки за шкалою "Самоцінність". У своїх відповідях вони висловили обережність та байдужість до власної особистості, демонструючи відсутність зацікавленості в її внутрішньому розвитку. 27% опитаних жінок ВПО продемонстрували високий рівень за шкалою "Самоцінність". Учасники цієї групи відчувають цінність своєї особистості, а також свого "Я" для оточуючих, вважають себе достойними любові до себе. 33% опитаних, продемонстрували показники, що відповідають середньому рівню за шкалою "Самоцінність". Учасники цієї групи сприймають свою особистість як загалом цінну, але не просто через факт її існування, а за конкретні справи, які вони виконують. 40% опитаних жінок внутрішньо переміщених осіб, продемонстрували низький рівень самооцінки за шкалою "Самоцінність". В їхніх відповідях виокремлюється обережність та відчуття відстороненості і при

оцінці свого "Я", а також виявляється відсутність активної уваги до власної особистості. Графічні показники за шкалою «Самоцінність», представлені на рисунку 2.5.

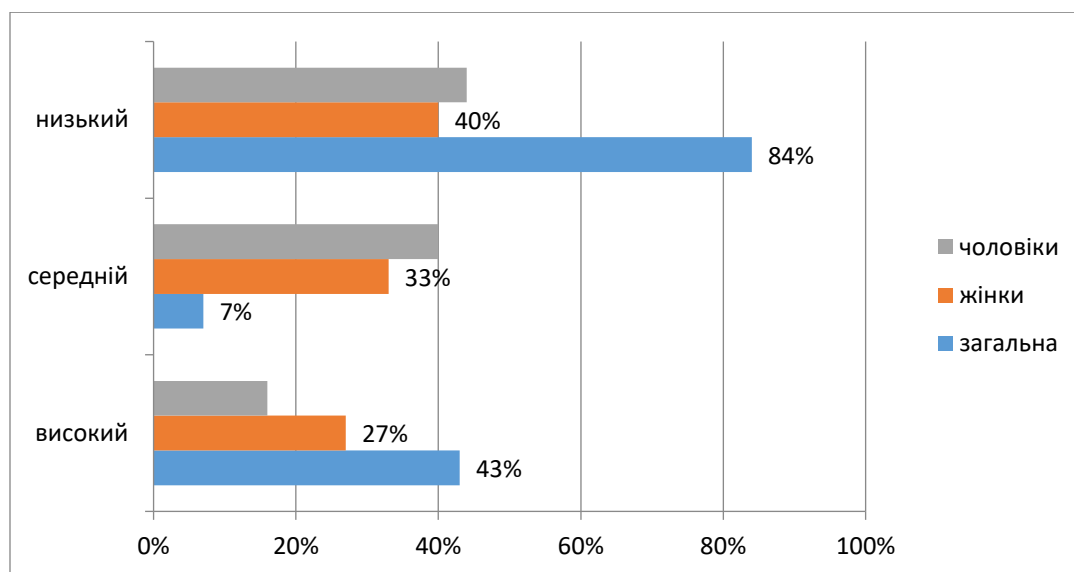


Рисунок 2.5 – Результати за шкалою «Самоцінність»

За шкалою «Самосприйняття» отримано такі результати (див. таб.2.6). 12% опитаних чоловіків внутрішньо переміщених осіб продемонстрували високий рівень самосприйняття. Учасники цієї групи володіють дружнім ставленням до себе та перебувають в гармонії з власною особистістю. Вони приймають себе такими, які є, незважаючи на усвідомлення можливих недоліків, які можуть бути помітні іншим людям. 30% опитаних, показали середні показники за шкалою "Самосприйняття". Чоловіки в цій групі, вважають, що важливо сприймати себе адекватно, уникаючи екстремальних оцінок, як позитивних, так і негативних. Ці особи орієнтуються як на думку оточуючих, так і на власну оцінку своєї особистості і зовнішні обставини. 58% внутрішньопереміщених осіб показали низький рівень самосприйняття. Ці чоловіки відчувають недостатність у сприйнятті самого себе та не впевнені, чи розвивається їх особистість в потрібному напрямку, чи заслуговує на позитивні оцінки оточуючих.

Таблиця 2.6 –Результати за шкалою «Самосприйняття»

Шкала «Самосприйняття»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	58%	30%	12%
Жінки	36%	36%	20%
Загальна	94%	66%	32%

Серед опитаних жінок, 20% продемонстрували високий рівень за шкалою "Самосприйняття". У представниць цієї групи виявляється дружнє ставлення до себе, вони перебувають в згоді з самими собою. Вони приймають себе такими, якими є, навіть при усвідомленні можливості наявності у них недоліків, які можуть бути помітні іншим людям. 36% опитаних жінок, продемонстрували показники, що відповідають середньому рівню за шкалою "Самосприйняття". Ця група вважає, що важливо сприймати себе адекватно, уникаючи екстремальних підходів, як позитивного, так і негативного самосприйняття. Вони орієнтовані як на думку оточуючих, так і на власну оцінку власної особистості. 36% опитаних продемонстрували низький рівень самосприйняття за відповідною шкалою. Представниці цієї групи в своїх відповідях вказують на відчуття недостатньої впевненості в тому, що їх особистість розвивається в необхідному напрямку та заслуговує на позитивні оцінки від оточуючих. Показники за шкалою "Самосприйняття" наведені на рис. 2.6.

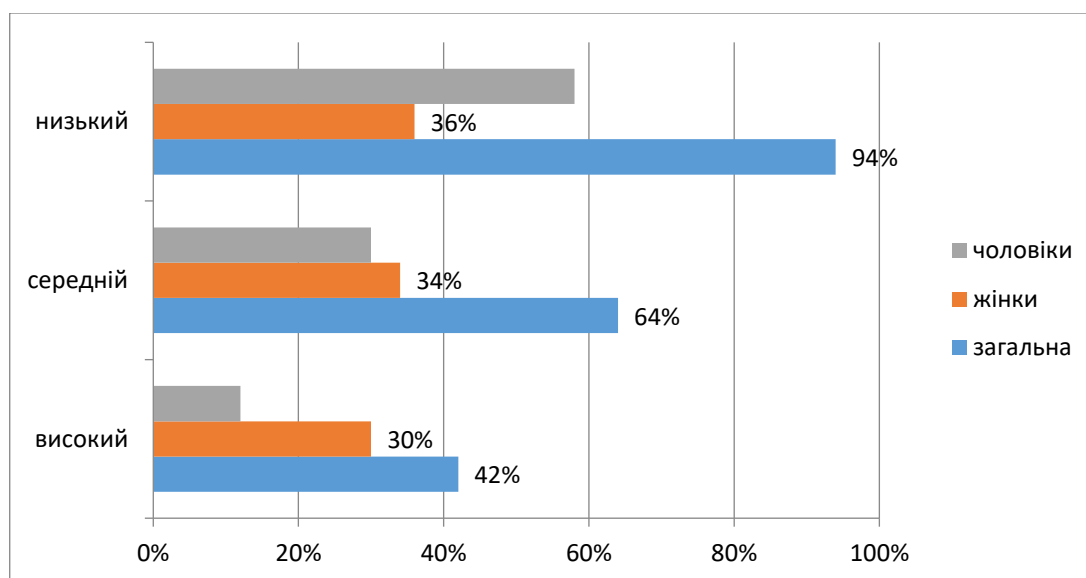


Рисунок 2.6 – Результати за шкалою «Самосприйняття»

На основі опитування з шкалою "Самоприв'язаність" було визначено такі показники (див.табл. 2.7). 67% внутрішньо переміщених чоловіків проявили високий рівень "Самоприв'язаності", зазначаючи внутрішню стійкість утримання "Я-концепції".

Таблиця 2.7 – Результати за шкалою «Самоприв'язаність»»

Шкала «Самоприв'язаність»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	10%	23%	67%
Жінки	41%	26%	33%
Загальна	51%	49%	100 %

Ці особи виявляли прив'язаність та виявляли схильність уникати змін, не дивлячись, на загально позитивне сприйняття самого себе. Часто ці відчуття супроводжуються прив'язаністю до неадекватного образу власної особистості. 23% чоловіків, внутрішньо переміщених осіб, що були опитані, продемонстрували показники, які відповідають середньому рівню за шкалою "Самоприв'язаність". Ці особи висловлюють думку, що важливо своєчасно

реагувати на зміни у власному ставленні до себе з метою отримання адекватної самооцінки та формування також адекватного образу власної особистості. 10% внутрішньо переміщених осіб, які брали участь у опитуванні, проявили низький рівень "Самоприв'язаності". Ці учасники відзначили у своїх відповідях бажання внести зміни в себе, виявили тягу до відповідності ідеальному уявленню про себе та виразили незадоволеність собою.

Високий рівень самоприв'язаності продемонстрували 33% жінок, опитуваних, характеризуючись ригідністю "Я-концепції", прив'язаністю та відмовою від загального позитивного ставлення до себе. Ці емоції часто взаємодіють із прив'язаністю до неадекватного образу "Я". 26% опитаних жінок відзначилися середніми показниками за шкалою "Самоприв'язаність". Ці жінки вважають, що важливо своєчасно реагувати на зміни у своєму ставленні до себе, щоб отримати адекватну самооцінку та сформувати також адекватний "Я-образ". 41% опитаних жінок, які є внутрішньопереміщеними особами, проявили низький рівень самоприв'язаності за відповідною шкалою. У своїх відповідях вони вказали на бажання внести зміни у собі, відчуття потягу до відповідності ідеальному уявленню про себе та виражену незадоволеність собою. Показники за шкалою "Самоприв'язаність" представлені графічно на рисунку 2.7.

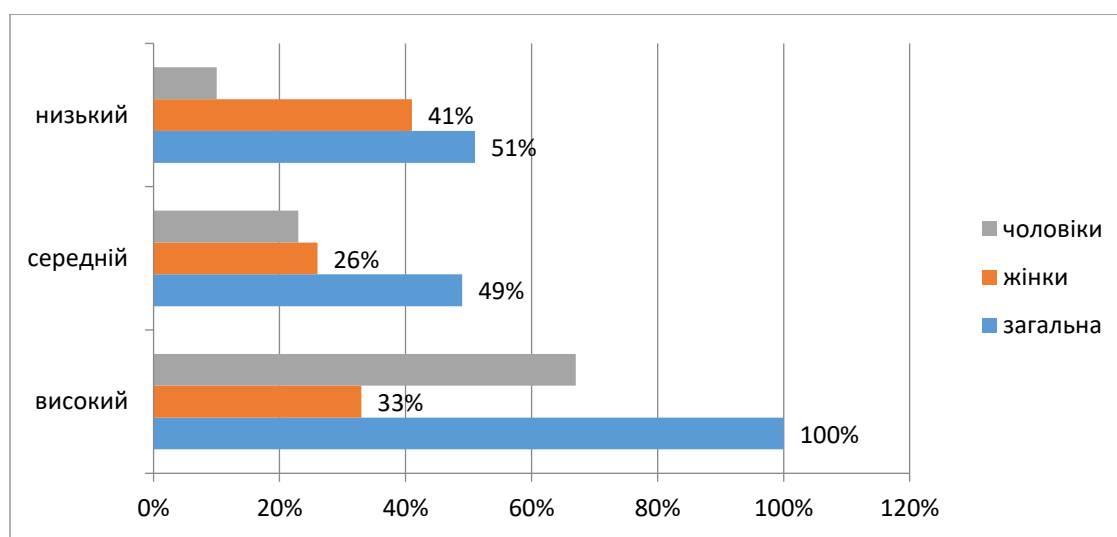


Рисунок 2.7 – Результати за шкалою «Самоприв'язаність»

Результати опитування за шкалою "Внутрішня конфліктність" були наступні (див.табл. 2.8). 39% опитаних чоловіків, внутрішньо переміщених осіб, виявили високий рівень "Внутрішня конфліктність". Представники цієї групи відзначили наявність внутрішніх протиріч, сумнівів та непогодження з самими собою. Також вони зазнали тривожно–депресивних станів, що викликали почуття провини.

Таблиця 2.8 – Результати за шкалою «Внутрішня конфліктність»»

Шкала «Внутрішня конфліктність»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	33%	28%	39%
Жінки	20%	20%	60%
Загальна	53%	48%	99 %

У 28% опитаних чоловіків ВПО були виявлені середні показники за шкалою "Внутрішня конфліктність". Це свідчить про високий рівень самопроникнення, глибоку рефлексію, свідомість власних труднощів, адекватний образ "Я" та відсутність витіснення. 33% опитаних ВПО продемонстрували низький рівень за шкалою "Внутрішня конфліктність". Цей результат вказує на те, що ці особи можуть виявляти тенденцію до заперечення проблем, бути закритими та виявляти поверхневе самовдоволення.

60% опитаних жінок, внутрішньо переміщених осіб, продемонстрували високий рівень внутрішньої конфліктності за відповідною шкалою. Для цієї групи осіб характерно відчуття внутрішніх конфліктів, сумнівів, непогодження з собою, а також тривожно–депресивні стани, які часто супроводжуються переживанням почуття провини. 20% опитаних виявили показники внутрішньої конфліктності, що відповідають середньому рівню за відповідною шкалою. Такий результат свідчить про підвищену рефлексію, глибоке проникнення у себе, усвідомлення своїх труднощів, а також про адекватний образ "Я" та відсутність

витіснення. Ще 20% показали низький рівень внутрішньої конфліктності за відповідною шкалою. Цей результат може вказувати на тенденцію до заперечення проблем, закритість та поверхове самовдоволення серед жінок цієї групи. Графічні показники за шкалою «Внутрішня конфліктність», представлені на рисунку 2.8.

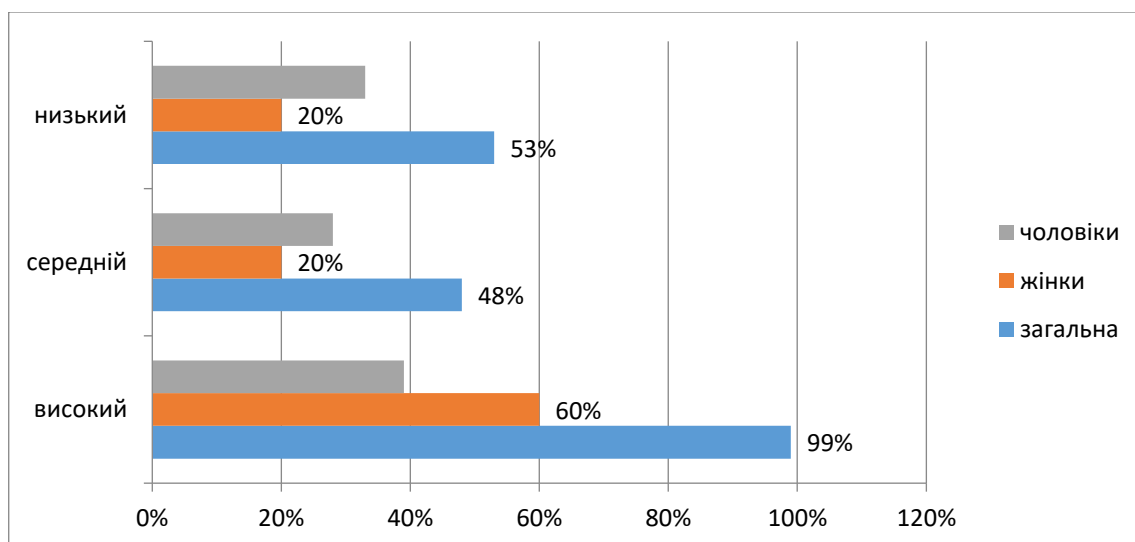


Рисунок 2.8 – Результати за шкалою «Внутрішня конфліктність»

Результати опитування за шкалою "Самозвинувачення" були наступні (див.табл. 2.9). 10% чоловіків, які є внутрішньопереміщеними особами та брали участь у опитуванні, продемонстрували високий рівень "Самозвинувачення". Такі показники свідчать про їхню готовність визнавати власну провину у власних помилках та невдачах, а також у своїх особистих недоліках.

Таблиця 2.9 – Результати за шкалою «Самозвинувачення»

Шкала «Самозвинувачення»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Чоловіки	40%	50%	10%
Жінки	19%	31%	50%
Загальна	59%	81%	60 %

50% чоловіків, які є внутрішньопереміщеними особами та брали участь у дослідженні, показали середні показники за шкалою "Самозвинувачення". Цей результат свідчить про їхню здатність усвідомлювати власні помилки та невдачі, але вони виявляють тяжіння до адекватного сприйняття цих помилок та акцентують увагу на подальших зусиллях для їх виправлення, а не просто на рефлексії. 40% чоловіків, що є внутрішньопереміщеними особами та брали участь у дослідженні, показали низький рівень "Самозвинувачення". Такий результат свідчить про їхню неготовність повністю усвідомлювати власну відповідальність за некоректно виконану роботу чи вчинені дії і про небажання навіть визнавати очевидну провину.

Інша ситуація виглядає з жінками, серед опитаних, 50% продемонстрували високий рівень самозвинувачення за відповідною шкалою. Ці показники свідчать про готовність приписувати собі провину за власні помилки, невдачі та особисті недоліки. 31% показали середні показники за шкалою "Самозвинувачення". Це свідчить про їхню здатність усвідомлювати власні помилки та невдачі, проте їхні реакції характеризуються тяжінням до адекватного сприйняття цих ситуацій. Вони акцентують свої зусилля на виправленні помилок, а не на простому самозвинуваченні або рефлексії. 19% отримали низький рівень за шкалою "Самозвинувачення". Цей результат вказує на їхню неготовність повністю усвідомлювати власну відповідальність за можливі невдачі чи помилки, а також на неочевидність чи небажання визнавати власну провину, навіть у випадках, коли вона є очевидною. Показники за шкалою "Самозвинувачення" графічно представлені на рисунку 2.9.

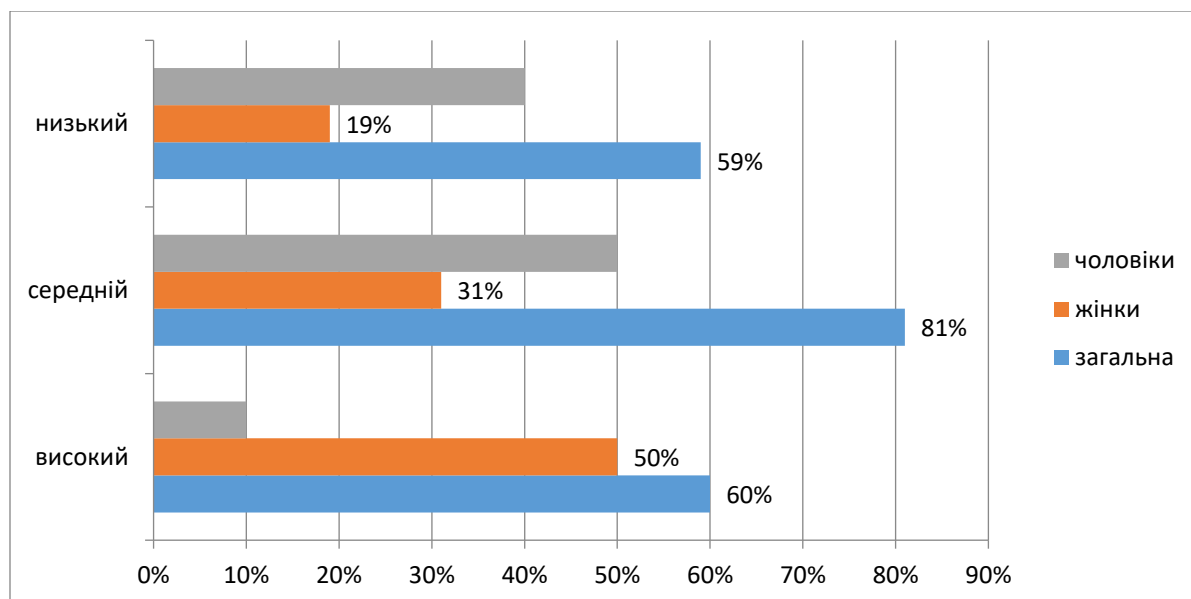


Рисунок 2.9 – Результати за шкалою «Самозвинувачення»

Отже, важливо відзначити наявність відмінностей у структурі самоствавлення особистості між чоловіками та жінками внутрішньо переміщеними особами.

Рівень самоефективності у чоловіків та жінок, які є внутрішньопереміщеними особами, був досліджений за допомогою методики "Шкала самоефективності" Р. Шварцера та М. Єрусалема, яка була адаптована В. Г. Ромеком. Після використання цієї методики були отримані наступні результати (див.табл. 2.10).

Таблиця 2.10 – Результати за шкалою «Рівень самоефективності»

Шкала «Рівень самоефективності»	Чоловіки	Жінки	Загальна
Високий	30%	22%	52%
Вищий за середній	20%	20%	40%
Середній	31%	27%	58%
Нижче середнього	10%	12%	22%
Низький	9%	17%	26%

У групі чоловіків ВПО, 30% опитаних та 22% у групі жінок внутрішньо перемішених осіб, виявили показники, які відповідають уявленням про високу самоефективність. Для учасників цієї групи характерне виражене відчуття впевненості у власних силах. Вони володіють розвиненою здатністю до планування, вміють ставити перед собою та оточуючими чіткі та реалістичні цілі. У своїй діяльності вони покладають основний акцент на досягнення позитивного результату, відділяючи життєві цілі, пов'язані з виконанням обов'язків та взаємодією з іншими.

20% опитаних чоловіків та 20% опитаних жінок внутрішньо перемішених осіб проявили вищий за середній рівень самоефективності. У цієї групи представників характерне нахил до ситуативного оцінювання власної ефективності. Вони можуть періодично виявляти невпевненість у тому, наскільки успішно буде завершення їхніх справ. Це ставлення у поєднанні із завищеними очікуваннями може призводити до емоційного стресу та виникнення страху перед можливими невдачами. Хоча такі ситуації виникають рідко, вони впливають на поведінкові реакції цієї групи.

31% чоловіків та 27% жінок, які є внутрішньо перемішеними особами, проявили тяжіння до середнього рівня самоефективності. Для представників цього рівня характерно те, що під час самооцінки вони схильні вважати свої можливості та здібності середніми, не надто високими для досягнення бажаного результату або повноцінної реалізації своїх намірів. Вони розглядають свої можливості як достатні для досягнення мети, але не завищують їх настільки, щоб вони стали недосяжними або надто амбіційними.

10% чоловіків та 12% жінок з опитаних продемонстрували рівень самооцінки, який нижчий за середній. Для представників цієї групи такий рівень свідчить про недостатню впевненість у власних можливостях і здібностях. Їхня самооцінка вказує на зневіру в здатності ефективно діяти, налагоджувати спілкування, розв'язувати проблемні ситуації та інші аспекти життєдіяльності.

9% опитаних чоловіків та 17% опитаних жінок, що брали участь у дослідженні, показали результати, які відповідають низькому рівню самоефективності. У цих учасників виявлено відчуття неефективності, яке посилюється мотивацією уникати невдач, неможливістю контролювати події, переконаністю у власній нездатності впоратися з життєвими проблемами, готовністю перекладати відповідальність за невдачі на зовнішні об'єкти та обставини. Ці особи практично не виявляють упевненості в своїх можливостях і здібностях, проявляють значну зневіру в здатності ефективно діяти, налагоджувати спілкування та розв'язувати проблемні ситуації. Графічне відображення результатів опитування за методикою "Шкала самоефективності" можна побачити на рис. 2.10

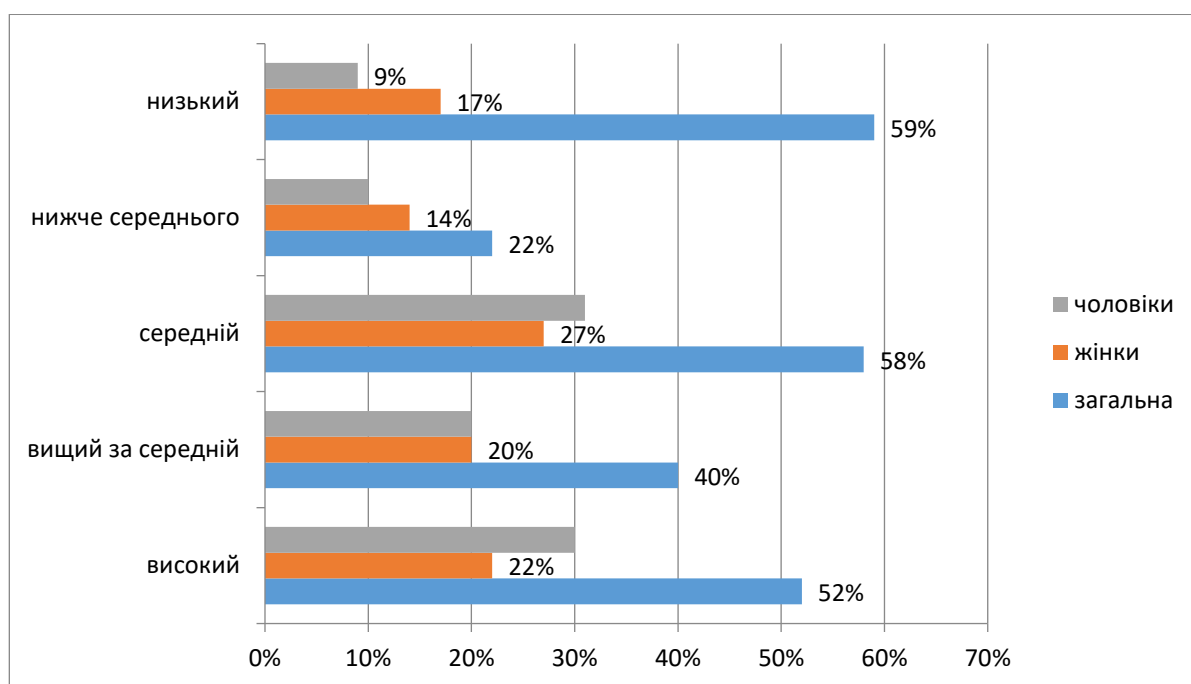


Рисунок 2.10 – Результати за методикою "Шкала самоефективності"

Отже, результати діагностики самоефективності у чоловіків та жінок внутрішньо переміщених осіб свідчать про те, що для представників цієї групи характерні високі та наближені до високих рівні самоефективності.

Такі особи складають рівно половину всіх опитаних. Вони в основному виявили велику впевненість у власних силах та можливостях, вміють та

насолоджуються плануванням різних аспектів життя заздалегідь, відповідно до своїх поставлених цілей. У житті чоловіки та жінки внутрішньопереміщені особи, які становлять більшість у розглянутій групі, активно прагнуть досягати позитивних результатів для себе в будь яких ситуаціях і місцях, що стає визначальним для їхнього уявлення про ефективне життя. Більшість їхніх соціальних контактів та діяльностей підпорядковані досягненню конкретного результату. Важливо відзначити, що в 20% опитаних іноді можна спостерігати прояви невпевненості в ефективності своєї діяльності, проте це є скоріше винятком, аніж загальним правилом.

Особливості рефлексивності у чоловіків та жінок внутрішньо переміщених осіб, які були опитані, досліджувалися за допомогою ***"Методики діагностики рефлексивності"*** (А. В. Карпов, В. В. Пономарьова).

Проаналізувавши результати, отримані в групі опитаних осіб за допомогою зазначеної методики, високі результати за тестом (більше 7 балів) були продемонстровані 40% чоловіків та 41% жінок.

Отримані результати демонструють високий рівень рефлексивності, виявляють великий інтерес до аналізу своєї власної діяльності та дій інших людей. Вони активно прагнуть розглядати причини та наслідки своїх вчинків як у минулому, так і у сучасності і майбутньому. Ці особи відзначаються уважним розгляданням своєї діяльності в найдрібніших деталях, уважним плануванням та прогнозуванням всіх можливих наслідків. Ймовірно, що такі індивіди також легше розуміють інших, можуть уявити себе на їхньому місці, передбачити їхню поведінку та розуміти, як вони оцінюють себе.

40% чоловіків та 36% жінок внутрішньо переміщених осіб показали середні результати за тестом (5–7 балів). Такий висновок свідчить про те, що ці особи приймають рішення щодо аналізу власної діяльності та вчинків інших людей у ситуативний момент, не виявляючи вираженої тенденції. Опитані виявили схильність обдумувати свою діяльність тільки у випадках, коли це

абсолютно необхідно. Однак водночас вони направлені до планування та передбачення наслідків, не занурюючись в цей процес. Ці особи можуть розуміти інших, але зосереджуються на реалізації своїх власних інтересів, вважаючи поведінку оточуючих важливою лише в тому випадку, якщо вона безпосередньо стосується їх самих.

20% опитантх чоловіків та 23% жінок внутрішньо переміщених осіб показали низькі результати за тестом (менше 4 балів). Це, безсумнівно, вказує на те, що цим особам менше характерне ретельне обдумування своєї діяльності та вчинків інших людей, а також розглядання причин та наслідків своїх вчинків як у минулому, так і в теперішньому та майбутньому. Такі особи рідко занурюються у деталі своєї діяльності, і для них ускладнено прогнозування можливих наслідків. Також вони відчувають труднощі, коли необхідно передбачити, як ведуть себе інші люди та спробувати зрозуміти ситуацію з їхнього погляду. Графічні дані за методикою "Діагностика рефлексивності" рис. 2.11.

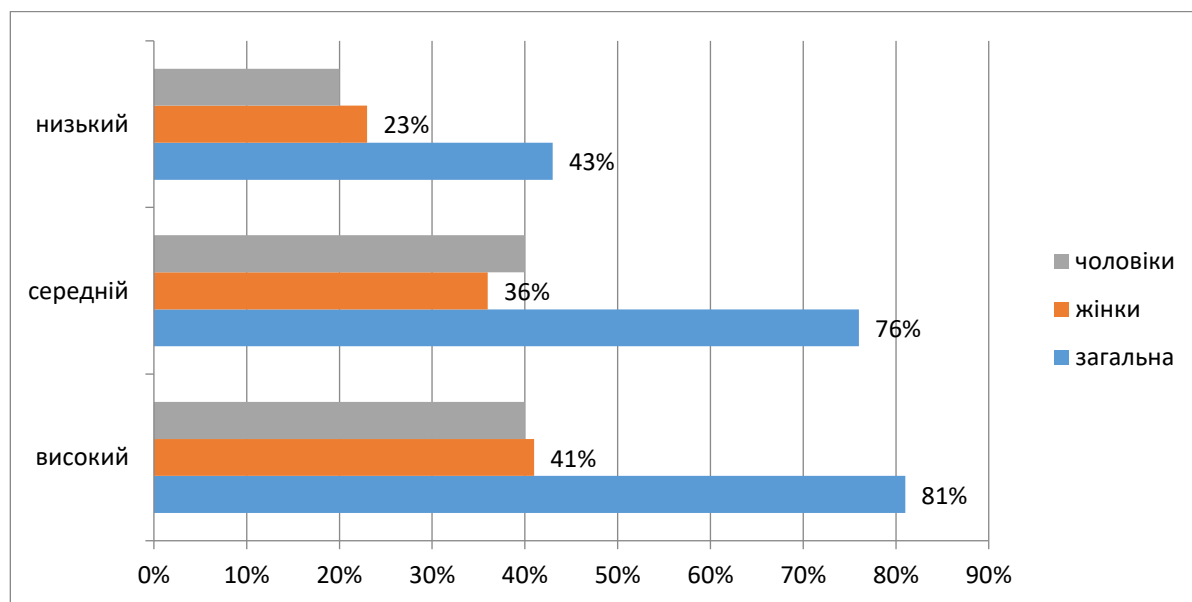


Рисунок 2.11 – Результати опитування за методикою «Діагностика рефлексивності»

Отже, аналіз рівня рефлексивності серед опитаних чоловіків та жінок, внутрішньо переміщених осіб переважає високий та середній рівні рефлексивності. Вони виявляють схильність та здатність до глибокого аналізу, що охоплює як їх власну діяльність, так і діяльність оточуючих. Для них важливо розкривати та узагальнювати причинові зв'язки стосовно своїх вчинків та їхніх наслідків, визначати можливий вплив як на минуле, так і на майбутнє.

Для визначення актуального *рівня самоствавлення* у чоловіків та жінок внутрішньо переміщених осіб використовувалася методика "*Визначення рівня самооцінки*" (С.В. Ковальов).

Розгляд проведених досліджень проблеми самоствавлення виявив основні його функції:

1. Самоствавлення включає в себе відображення себе як на зовнішньому (фізичному самовідображенні), так і на внутрішньому рівні.
2. Самовираження та самореалізація.
3. Самоствавлення включає в себе збереження внутрішньої стабільності та континуальності "Я". Ця функція реалізується через тенденцію до внутрішньої узгодженості та конгруентності, яка відповідає когнітивним уявленням про себе і емоційним реакціям на власні вчинки та дії, адресовані самому собі.
4. Самоствавлення також визначає функції саморегуляції та самоконтролю. Уявлення про себе та відповідне ставлення до себе є передумовами для здатності особистості регулювати та контролювати свою діяльність.
5. Для захисту психіки від небезпечної інформації, яка може порушити уявлення про особистісне "Я", а також у випадку життєвих труднощів чи психотравм, особистісні захисні механізми активуються. Серед цих захисних стратегій може бути раціоналізація та формування образу "сфальшованого я".
6. У внутрішньо–особистісному спілкуванні особистість виступає в ролі соціуму, взаємодіючи з самою собою. Ці внутрішньо–особистісні процеси, відомі як інтракомунікація, базуються на системі самоствавлень. Згідно з ідеєю Е. Берна

щодо трьох позицій в спілкуванні, а саме "Батька", "Дорослого" та "Дитини", у внутрішньо-особистісній взаємодії можливі різні варіанти позиції, яку суб'єкт займає стосовно самого себе.

Після проведення вказаної методики отримано наступні висновки. У групі опитаних серед чоловіків 20% та жінок 23% учасників дослідження продемонстрували показники, що відображають уявлення про високу самооцінку. Це свідчить про їхню упевненість у власних силах та відсутність сумнівів, при цьому вони акцентують увагу на діяльності. Представники даного рівня самооцінки адекватно реагують на отримані зауваження від оточуючих. Крім того, вони виявляють здатність до об'єктивної оцінки своїх дій, розуміючи, що лише чесне оцінювання власної діяльності сприяє досягненню поставлених цілей, які вони вважають основною метою своєї діяльності. Цілі, які вони визначають для себе та свого оточення, завжди відзначаються ясністю, реалістичністю і спрямовані на виконання взятих на себе зобов'язань. Половина опитаних чоловіків 50 % та трохи менше 47% жінок проявила середні показники самооцінки. Представники цієї групи внутрішньо переміщених осіб характеризуються ситуативністю в оцінці своїх успіхів чи невдач. Час від часу вони сумніваються, чи правильно вони діють, і часто переосмислюють свої дії в різних ситуаціях. Ці особи вважають свої можливості недостатньо високими, щоб бути абсолютно впевненими в безпомилковості своїх дій, в повному втіленні своїх намірів та досягненні бажаного результату. Іноді вони відчують незручність у взаємодії з іншими людьми, і часто схильні недооцінювати себе та свої здібності без належних підстав.

30% чоловіків та 30 % жінок учасників дослідження продемонстрували показники, що відповідають низькому рівню самооцінки. Це свідчить про те, що у них відсутня впевненість у власних можливостях та здібностях, і вони вірять, що не можуть ефективно діяти, встановлювати контакти, вирішувати проблемні ситуації і т. д. В осіб із низьким рівнем самооцінки відчуття неефективності

посилюється мотивацією уникати невдач, неможливістю контролювати події та переконаністю у власній нездатності впоратися з життєвими проблемами. Також такі особи готові звалювати відповідальність за невдачі на зовнішні об'єкти та обставини. Ці особи виявляють мало впевненості у своїх можливостях і здібностях, вони висловлюють значну сумнівність у власній здатності ефективно діяти, встановлювати контакти та вирішувати проблемні ситуації. Зазвичай ці люди відчувають біль від критичних зауважень, перебуваючи у стані надмірної сором'язливості, і стараються відповідати очікуванням інших людей.

Графічні результати за методикою «Визначення рівня самооцінки» представлені на рисунку 2.12

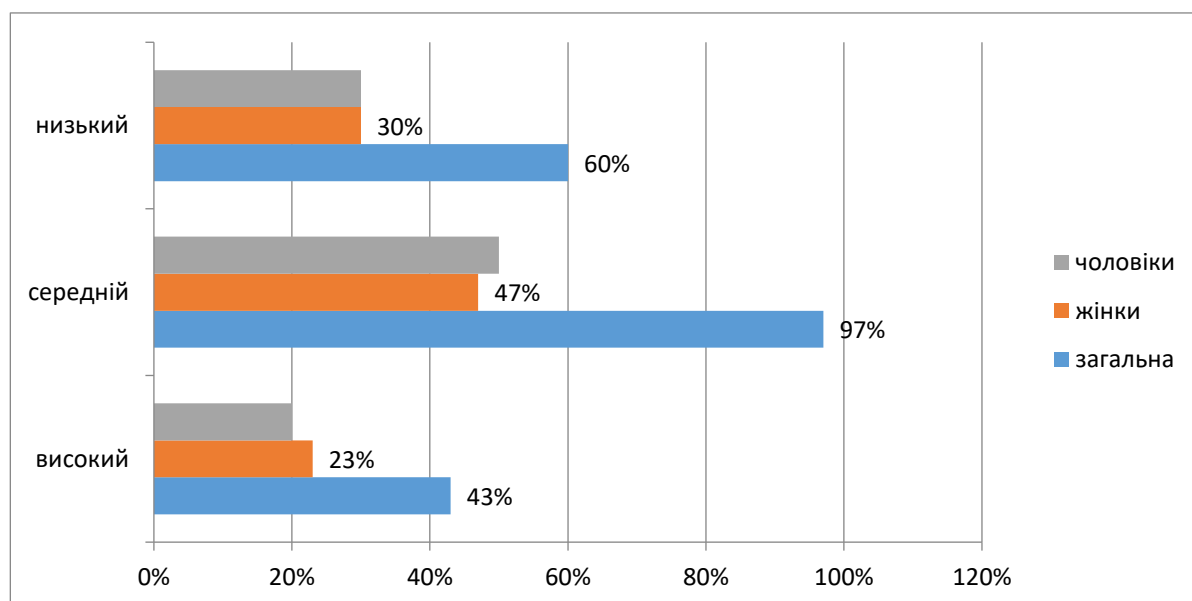


Рисунок 2.12 – Результати за методикою «Визначення рівня самооцінки»

Отже, результати діагностики самооцінки внутрішньо переміщених чоловіків та жінок вказують на те, що в основному демонструють показники, що відповідають низькому та середньому рівню самооцінки. Їхні мотивації переважно спрямовані на уникнення невдач, вони вважають, що не здатні контролювати події та переконані у своїй нездатності вирішувати життєві проблеми. Учасники дослідження, які взяли участь у опитуванні, майже не виявляють впевненості у власних здібностях та можливостях. Вони висловлюють

велику невпевненість у своїй здатності ефективно діяти, налагоджувати спілкування та розв'язувати проблемні ситуації. Ці особи часто реагують болісно на критичні зауваження, намагаються адаптуватися під думку інших людей, при цьому сильно страждаючи від великої сором'язливості.

Використання критерію Крускала–Воллеса для математичної обробки отриманих даних дозволило виявити статистично значущі різниці на високому рівні значущості, де $p \leq 0,01$. (Таблиця)

Таблиця 2.11 – Результати, виявлені з використанням критерію Крускала–Воллеса.

Характер–ки	Вн.чесніс ть	Самовпевнені сть	Самокерівниц тво	Дзеркаль не Я	Самоцінніс ть	Самоприйня ття	Самопривязані сть
X _{2 эмп}	9,59	43,9	19,50	16,40	14,20	10,19	11,49
X _{2кр}	9,18	9,19	9,20	9,19	9,21	9,20	9,21
Рівень значущості	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Середнє для низького рівня самосталенн я	1,4	3,5	2,6	3	3,1	3,5	3
середнє для середнього рівня самоставлен ня	2,1	1,8	3,8	3,3	3,2	2,6	3
середнє для високого рівня самоставлен ня	2,5	5	1,5	5	2	2	1,6

Аналіз, проведений за допомогою критерію Крускала–Воллеса, виявив такі закономірності. Учасники дослідження, які є внутрішньо переміщеними

особами, в основному показали результати, що відповідають низькому та середньому рівню самооцінки. Вони в основному мають мотивацію уникати невдач та вважають, що не можуть контролювати події, переконані в своїй нездатності впоратися з життєвими проблемами. Учасники дослідження, які приймали в ньому участь, практично не виявляють упевненості в своїх власних здібностях та можливостях. Вони висловлюють значну невпевненість в тому, що вони можуть ефективно діяти, встановлювати спілкування, розв'язувати проблемні ситуації та інше. Такі особи часто болісно реагують на критичні зауваження, намагаючись більше підлаштовуватися під думку інших людей і, при цьому, стикаючись з високим рівнем сором'язливості.

2.3 Практичні рекомендації щодо покращення рівня самоствавлення внутрішньо переміщених осіб в новому середовищі.

Опираючись на дослідження вітчизняних та зарубіжних психологів, можна з впевненістю зазначити, що самоствавлення продовжує визначати ключові аспекти психічного здоров'я та саморозвитку особистості. Вивчення різних аспектів самоствавлення, таких як самооцінка, емоційне самовідображення та рефлексивність, дозволяє краще розуміти внутрішній світ людини, її сприйняття себе та оточуючого світу. Такі дослідження мають важливе значення для розробки програм психологічної підтримки та розвитку особистості. Особи з адекватним самоствавленням відзначаються впевненістю в собі та легкістю досягання поставлених цілей в різних сферах життя, включаючи як сімейне, так і професійне. Ці люди виявляють ініціативність і здатність адаптуватися до різних умов.

Одним із основних чинників впливу на розвиток самоствавлення є соціальне оточення та міжособистісні взаємодії. Взаємодія з оточуючими, особливо з різними соціальними групами, може впливати на формування власного уявлення

про себе. Сімейна підтримка, освіта, виховання та інші аспекти соціокультурного середовища також впливають на самопочуття та рівень впевненості в особистих можливостях. Крім того, внутрішні фактори, такі як самооцінка та ставлення до власної особистості, грають важливу роль у формуванні самоставлення.

Враховуючи особливості формування самоставлення, важливо звертати увагу на психологічні та емоційні аспекти взаємодії з навколишнім світом. Роль позитивних вражень, успіхів у власній діяльності, адекватної оцінки власних можливостей та підтримки від оточення не можна недооцінити. Також важливо розвивати в людини навички самоаналізу та вміння конструктивно взаємодіяти зі здобутими знаннями про себе.

Критичне мислення та готовність до змін у власному сприйнятті себе можуть сприяти більш глибокому розумінню власної особистості. Важливо стимулювати розвиток самоконтролю та саморегуляції, сприяти формуванню позитивного емоційного самопочуття та самосвідомості. Конструктивне впливове середовище, підтримка від близьких та можливість ефективного вирішення конфліктів також впливають на самоставлення людини.

Так, існує взаємозв'язок між рівнем самооцінки та соціально–психологічним статусом. Самооцінка визначається тим, як людина сприймає себе, свої здібності, а також тим, як вона відчуває власну цінність та значущість у соціальному оточенні.

Особа з високим рівнем самооцінки зазвичай відчуває впевненість у власних можливостях, легше встановлює соціальні контакти і успішно взаємодіє з оточуючими. З іншого боку, особи із зниженим рівнем самооцінки можуть відчувати невпевненість, сумніви у власних силах, що може ускладнювати їх соціальну адаптацію.

Соціально–психологічний статус також може впливати на самооцінку. Отримання підтримки від спільноти, успіхи в соціальній взаємодії, статус у групі

можуть позитивно впливати на самооцінку. Навпаки, відчуття відкидання чи невдачі у соціальних відносинах може впливати на зниження рівня самооцінки.

Одним з найважливіших критеріїв самоствавлення є ступінь усвідомлення власних здібностей, цінностей та мети життя. Важливою складовою є також сприйняття власної цінності та значущості у власних очах та в оточуючому соціумі.

Люди, які чітко розуміють свої цілі, мають ясне уявлення про власні здібності та досягнення, зазвичай мають високий рівень самоствавлення. Це також включає в себе вміння впоратися з труднощами, приймати власні недоліки та працювати над саморозвитком.

Здатність адекватно оцінювати свої досягнення і відноситися до своїх помилок з позитивною перспективою також визначає велику частину самоствавлення. Особи, які можуть взяти відповідальність за свої дії та відчувають себе впевнено в себе, часто мають стійке і здорове самоствавлення.

Особистісний статус визначається сукупністю особистих якостей, характеристик, та ролей, які визначають позицію особи в соціальній структурі. Стосунки між самоствавленням та особистісним статусом можуть бути взаємозалежними.

Люди із високим самоствавленням часто мають тенденцію до активної життєдіяльності та досягнень, що може підвищити їхній особистісний статус в соціумі. З іншого боку, особистісний статус може впливати на самоствавлення, оскільки сприйняття себе в соціальному контексті може впливати на внутрішній світ особистості.

Отже, взаємозв'язок між самоствавленням і особистісним статусом може бути взаємовпливаючим, а взаємодія між цими двома аспектами може визначати спосіб, яким людина взаємодіє з оточуючим світом та формує своє місце в суспільстві.

Для покращення рівня самоствавлення чоловіків та жінок, внутрішньо переміщених осіб, можна врахувати *наступні рекомендації*:

1. Психологічна підтримка:

Забезпечити доступ до психологічної підтримки для внутрішньо переміщених осіб, сприяючи їхньому емоційному благополуччю. Психологічна підтримка для внутрішньо переміщених осіб відіграє важливу роль у забезпеченні їхнього емоційного благополуччя та успішної адаптації до нового середовища. Цей вид підтримки може включати різні аспекти, спрямовані на поліпшення психологічного стану та забезпечення ефективного подолання труднощів. Психологи можуть пропонувати індивідуальні консультації для вислуховування та обговорення особистих питань та турбот, організовувати групові сесії для обміну досвідом та взаємної підтримки, а також надавати тренінги зі стресостійкості та психоосвіту. Додатково, психотерапія для подолання посттравматичного стресового розладу, психосоціальна реабілітація та культурно-чутлива підтримка можуть відігравати важливу роль у забезпеченні повноцінного психологічного благополуччя та адаптації внутрішньо переміщених осіб. Враховуючи унікальні потреби цільової групи, психологи також можуть сприяти розвитку навичок самообслуговування та соціальній інтеграції, а також надавати підтримку сім'ям для забезпечення позитивного емоційного клімату. Ці заходи спрямовані на створення підтримливого психологічного середовища та допомогу внутрішньопереміщеним особам у подоланні викликів та досягненні успішної адаптації.

2. Освіта та інформаційна робота. Здійснення освітньої та інформаційної роботи щодо важливості позитивного самоствавлення та його впливу на якість життя. Освіта та інформаційна робота є ключовими аспектами для підвищення рівня самоствавлення внутрішньо переміщених осіб. Враховуючи унікальні виклики, з якими стикаються ці особи, необхідно здійснювати цілеспрямовану

освітню та інформаційну діяльність, спрямовану на розвиток позитивного ставлення до себе та власних можливостей.

Освіта: Забезпечення доступу до освітніх ресурсів, які сприяють формуванню навичок самоставлення та самооцінки. Розробка та реалізація навчальних програм, які враховують психологічні аспекти та сприяють розвитку позитивного внутрішнього діалогу.

Інформаційна робота: Проведення інформаційних кампаній щодо психологічного здоров'я та розвитку позитивного самовизначення. Розповсюдження матеріалів, які підкреслюють важливість позитивного ставлення до себе та власних досягнень.

Створення психологічних вебінарів та лекцій, спрямованих на розвиток емоційної стійкості та підвищення самооцінки. Залучення психологів та експертів для надання консультацій та відповідей на питання щодо самоставлення.

Завдяки цим заходам освіти та інформаційної роботи можна досягти покращення самосвідомості, збільшення рівня психологічної грамотності та створення підтримуючого середовища для внутрішньо переміщених осіб.

2. Соціальна інтеграція.

Заохочувати участь у групових та соціальних заходах для покращення соціальної інтеграції. Соціальна інтеграція представляє собою процес активної участі особистості в різних сферах суспільства та її взаємодії з оточуючим середовищем. Цей аспект адаптації внутрішньо переміщених осіб включає в себе різні аспекти, спрямовані на сприяння їхньому повноцінному взаємодії з новим соціокультурним контекстом.

Сприяння соціальній інтеграції може включати в себе створення програм та ініціатив, спрямованих на забезпечення доступу внутрішньо переміщених осіб до освіти, ринку праці та медичних послуг. Також важливо розвивати соціальні

мережі та сприяти взаємодії з місцевими громадами для забезпечення підтримки та взаємодії з оточуючими.

Застосування методів соціальної інтеграції може також включати підтримку участі внутрішньо переміщених осіб у культурних та громадських заходах, що сприяє їхньому відчуттю приналежності та активної ролі у новому соціумі.

Загальна мета соціальної інтеграції полягає в тому, щоб внутрішньопереміщені особи могли не лише забезпечити собі базові потреби, але й стати активними учасниками соціального життя, сприяти розвитку спільності та взаємодіяти з новим середовищем у конструктивний спосіб.

3. Розбудова самоефективності.

Підтримувати розвиток внутрішніх переконань в ефективності та здатності до досягнень. Розбудова самоефективності є ключовим аспектом психологічної підтримки для внутрішньо переміщених осіб. Цей процес спрямований на підвищення впевненості в своїх здібностях та здатностях і на розвиток позитивного ставлення до самого себе у нових умовах життя.

Розбудова самоефективності може включати в себе проведення тренінгів та психологічних сесій, спрямованих на виявлення та розвиток індивідуальних сильних сторін та навичок внутрішньо переміщених осіб. Важливо підкреслювати їхні досягнення та висловлювати підтримку для позитивного підходу до вирішення труднощів.

Крім того, розбудова самоефективності включає в себе розвиток стратегій копіngu та вміння пристосовуватися до змін. Психологічна підтримка може зосереджуватися на розробці особистих та соціальних навичок, які сприяють успішній адаптації та подоланню труднощів.

Важливо створювати позитивне середовище, в якому внутрішньо переміщені особи можуть відчувати себе важливими та підтриманими.

Забезпечення можливостей для участі у різноманітних сферах життя сприяє відчуттю контролю та впевненості у власних можливостях.

4. Підтримка гендерної рівності.

Створювати умови для рівних можливостей для чоловіків та жінок у всіх аспектах життя. Підтримка гендерної рівності в контексті психологічної підтримки для внутрішньо переміщених осіб є ключовою для створення справедливого та високоефективного середовища. Забезпечення гендерної рівності передбачає рівні можливості та права для чоловіків і жінок, а також уникнення будь-якої дискримінації на ґрунті гендерної приналежності.

В психологічній підтримці важливо враховувати різні гендерні особливості та виклики, з якими можуть зіткнутися внутрішньо переміщені чоловіки і жінки. Сприяння розумінню та прийняттю їхніх унікальних потреб та досвіду є важливою частиною психологічної підтримки.

Також доцільно стимулювати участь у програмах та ініціативах, спрямованих на розвиток гендерної рівності, які сприяють усуненню стереотипів і сприяють створенню рівних можливостей для всіх внутрішньо переміщених осіб, незалежно від їхньої гендерної ідентичності.

5. Групові сесії та тренінги є ефективними інструментами для підвищення рівня самоствавлення внутрішньо переміщених осіб, сприяючи їхньому психологічному благополуччю та адаптації. Організація таких заходів передбачає створення позитивного і підтримуючого середовища, де учасники можуть спільно працювати над розвитком важливих навичок та взаємодії.

Групові сесії включають у себе підвищення рівня самоствавлення: заняття, спрямовані на розуміння та прийняття власного "Я", розвиток позитивного внутрішнього діалогу та підвищення впевненості в собі. Розвиток навичок самооцінки: тренінги, що сприяють об'єктивному оцінюванню своїх здібностей, досягнень та власної цінності. Підтримка групової взаємодії: активності, які сприяють формуванню спільного підходу до розвитку самоствавлення, обміну

досвідом та підтримці учасників групи. В рамках групових сесій та тренінгів важливо створити довірче середовище, де кожна внутрішньопереміщена особа відчуває підтримку та можливість особистісного зростання.

6. Арттерапія – це ефективний механізм психологічної корекції самоствавлення. Цей вид терапії використовує творчі методи, такі як малювання, скульптура, музика або танець, для допомоги особі виражати свої емоції, розвивати свідомість і сприяти психологічному самовираженню. Арттерапія може бути особливо корисною для внутрішньо переміщених осіб, які можуть стикатися зі стресом, травмами чи емоційними труднощами внаслідок переїзду чи конфліктів.

Цей метод може допомагати у розкритті внутрішніх ресурсів, покращенні самопізнання та підтримці психологічного благополуччя. В процесі арттерапії людина може відкривати нові способи вираження своїх почуттів і думок, що сприяє розвитку позитивного самоствавлення та забезпечує можливість творчого самовираження.

Арт–терапевтичні програми можуть бути реалізовані як на індивідуальному, так і на груповому рівні. Використання групової форми підвищує ефективність програм, спрямованих на розвиток комунікативної компетентності, покращення міжособистісних відносин та підвищення рівня самоствавлення. Це обумовлено впливом теорії поля, яку розглядав Курт Левін, та арт–терапевтичного простору на взаємодію учасників програми. Груповий підхід створює можливість для спільної творчості та спілкування, сприяючи взаємному підтримці та збагаченню досвіду кожного учасника.

7. Забезпечення фізичного здоров'я внутрішньо переміщених осіб є важливим аспектом успішної адаптації. Регулярна фізична активність та спорт допомагають не лише підтримувати фізичну форму, але й знижувати рівень стресу та поліпшувати емоційний стан. Заняття спортом може включати

прогулянки, велосипедні поїздки, фітнес чи інші види активності, які відповідають індивідуальним можливостям та уподобанням.

Поруч з фізичною активністю, необхідно забезпечити належну медичну допомогу та огляди. Регулярні медичні перевірки сприяють виявленню можливих проблем та їхньому негайному лікуванню, що є важливим для підтримання загального стану здоров'я. Доступ до медичної допомоги дозволяє вчасно реагувати на можливі захворювання та зберігати оптимальний рівень фізичного благополуччя в контексті нових умов життя.

Рекомендації для внутрішньо переміщених осіб спрямовані на покращення рівня самоствалення та емоційного благополуччя. Ініціативи, такі як психологічна підтримка, групові сесії та тренінги, арт-терапія та освіта, можуть сприяти розвитку позитивного самовідображення та збільшенню впевненості у власних силах. Важливо створити учасникам умови для вільного вираження емоцій, підтримки один одного та розвитку комунікативних навичок. Ці ініціативи сприяють інтеграції в суспільство та покращують якість їхнього життя.

Висновки до розділу

У процесі аналізу та інтерпретації експериментальних результатів нашого дослідження виявлено наступне: при обробці даних опитувальника МІС В. Століна, С. Пантелєєва, ми успішно визначили емоційний та семантичний зміст ставлення досліджуваних осіб до себе. У рамках опитування ми вивчали такі показники, як відвертість, самовпевненість, самокерівництво, дзеркальне «Я», самооцінка, самоприйняття, самоприв'язаність, наявність внутрішнього конфлікту та самозвинувачення. Загальним результатом був домінуючий середній рівень виявлення цих показників, із найбільш вираженим середнім рівнем у самоприйнятті та наявності внутрішнього конфлікту.

За результатами дослідження можна стверджувати, що серед опитуваних осіб ВПО проявляється менше впевненості у собі та своїй професійній придатності. Вони схильні до самозвинувачень та сумнівів, які не завжди є обгрунтованими. Частіше вони ухиляються від відповідальності, перекладаючи її на інших. За фактором самоповаги серед цієї групи виявлено середні показники, а от аутосимпатія демонструє тенденцію до низьких значень. У факторі самоприниження, навпаки, присутнє переважання високого рівня, свідчачи про негативне самовідчуття.

На основі результатів діагностики самоефективності можна сформулювати висновок, що представлені результати вказують на середні та близькі до низького рівня самооцінки ефективності.

ВИСНОВОК

На основі досліджень наукових джерел у кваліфікаційній роботі здійснено теоретичний аналіз психологічної особливості самоствавлення внутрішньо переміщених осіб. Встановлено, що самоствавлення є важливим аспектом особистості, який розвивається на основі емоційного відношення до себе. Однак у процесі формування різних форм поведінки воно переходить від емоційного до когнітивного характеру. Як ключова психологічна категорія, самоствавлення знаходиться в основі ядра особистості та є центром самосвідомості. Воно починає формуватися в дитинстві через прагнення до переваг та стає основною мотиваційною силою під впливом соціальних умов розвитку та інших значущих факторів. Самоствавлення представляє собою когнітивний аспект особистості, який розкривається через емоційне сприйняття самого себе. Воно визначає та регулює різноманітні форми поведінки, і, незважаючи на те, що його структура включає когнітивні характеристики, процес формування самоствавлення починається з емоційного компонента. Цей емоційний вимір є важливим показником внутрішнього відношення до себе та стає визначальним для створення образу "Я".

У роботі було досліджено, що позитивне самоствавлення особистості є ключовою умовою для досягнення максимальної активності та продуктивності в діяльності. Воно сприяє реалізації творчого потенціалу та впливає на свободу вираження почуттів, рівень саморозкриття в спілкуванні. Основою позитивного та стійкого самоствавлення є віра людини у свої можливості, що пов'язана з готовністю до ризику та оптимізмом у відношенні до очікуваної успішності своїх дій. Аналіз наукових джерел вказує, що нове соціальне середовище та процеси самовизначення стимулюють внутрішньо переміщених осіб до саморозвитку.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей самоствавлення внутрішньо переміщених осіб проводилося у два етапи. На першому етапі експерименту вивчались закономірності формування самоствавлення у

внутрішньо переміщених осіб. Другий етап експерименту передбачає аналіз отриманих результатів і складання висновків та практичних рекомендацій.

Згідно з результатами нашого дослідження, слід відзначити наявність різниці у структурі самоствалення внутрішньо переміщених осіб між чоловіками та жінками. Для чоловіків характерно виявлення вищого рівня впевненості в собі, відсутність внутрішньої напруги, здатність об'єктивно оцінювати свої професійні та особисті якості, а також відмічається їхня несхильність до самозвинувачень, в порівнянні з результатами опитаних жінок.

Відповідно до основної мети, були розроблені практичні рекомендації для внутрішньо переміщених осіб націлені на підвищення рівня самоствалення та емоційного благополуччя. Заходи, такі як психологічна підтримка, групові сесії, тренінги, арт-терапія та освітні ініціативи, сприяють розвитку позитивного самовідображення та збільшенню впевненості у власних силах. Завдяки таким заходам, швидше проходить адаптація та інтеграція в суспільство та покращується їх якість життя.

Отже, перспективи можливих напрямів досліджень включають різні аспекти психологічної підтримки для визначення їх впливу на поліпшення самоствалення та психічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб. Також важливо розглядати вплив соціокультурних чинників на формування самоствалення в умовах внутрішнього переміщення та можливість адаптації цих факторів для підтримки позитивного розвитку.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Birch H.G., Lefford A. Intersensory Development in Children. *Soc. Res. Child. Defel.* 2016. № 32. P. 42–47. 97
2. Bruner J. S. The perception of people. *Handbook of Social Psychology.* Massachusetts: Addison–Wesley, 1954. Vol. II. Pp. 634–654.
3. Ferreira J. M., Soini T., Kupiainen R., Salum A. C. What is learning for secondary–school students? Students’ perceptions examined in Brazil and Finland. *Social Psychology of Education.* Vol.22. №2. 2019.P.447–470.
URL:<https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-019-09479> (дата звернення: 13.08.2023).
4. Foster J. The nature of perception. New York: Oxford University Press, 2018. 289 p.
5. Martikainen J. Social representations of teachership based on students’ and teachers’ drawings of a typical teacher. *Social Psychology of Education.* Vol. 22. №3. 2019. P. 579–606 URL:<https://doi.org/10.1007/s11218-019-09490-w> (дата звернення: 13.08.2023).
6. Rogers C.R. A Theory of Therapy, Personility and Interpersonal Relationship, As Developed in The Client–Centred Framework. *Psychology: A Study of a Science.* N. Y.: McGraw–Hill, 1959. Vol. 3. P. 134–256.
7. Rosenberg M. Society and adolescent self–image. N.Y., 2011.
8. Vernon M.D. The development of visual perception in children. *Education.* 2017. Vol. 80. P. 547–549.
9. Андрієнко О.А. Теоретичні виміри діяльнісного опосередкування стану психологічного балансу особистості. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2021. 256 с.

10. Андрійчук І. П. Формування позитивної Я–концепції особистості майбутніх практичних психологів у процесі професійної підготовки: Автореферат канд. дис. К, 2003. С. 27.
11. Артеменко С. І., Лазебна О. В., Кравченко Л. О., Думчева О. В. Психологічна допомога людям, які зазнали вимушеного переміщення, 2019.145 с.
12. Балабанова Л. М. Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців. Проблеми екстремальної та кризової психології, 22, 2017. С.51–58.
13. Барінова О. Ю. Соціальна допомога внутрішньо переміщеним особам як складова процесу їхньої адаптації. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія, 2018. №1 (46). С. 5–9.
14. Безкорвайна Л. О. Особливості соціально–психологічної адаптації дітей–внутрішньо переміщених осіб. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія, 2018. 1 (46). С. 29–34.
15. Беленька І. Г., Шаповалова О. В. Психологічні аспекти адаптації внутрішньо переміщених осіб. Науковий вісник Національного гуманітарного університету, 2019. №3(32). С. 54–59.
16. Бороздіна Л. В., Молчанова О. Н. Самооцінка в першій зрілості. Вісник МДУ. Сер.14, Психологія, 1990, №2, с.24 – 48.
17. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно–поведінкову терапію. Львів: Свічадо, 214. с. 420.
18. ВірнаЖ. П. Адаптаційні ресурси професійної часової компетентності / Ж. П. Вірна // Вісн. Харків. нац. пед. ун–ту ім. Г. С. Сковороди. – Психологія. – Вип. 25. – Х.: ХНПУ, 2008. – С. 28–34.

19. Внутрішньо переміщені особи в Україні 2014 р. –Дата звернення 22.09.2023 р.: <https://www.osce.org/uk/ukrainesmm/246201?download=true>.
20. Внутрішньо переміщені особи: соціальна та економічна інтеграція в приймаючих громадах, м. Київ. – 2016. – Дата звернення 22.09.2023 р.: http://pleddg.org.ua/wpcontent/uploads/2016/10/IDP_REPORT_by_V.Smal_09.06.2016_Ukr.pdf
21. Горбатих В. В.;Самосвідомість особистості як емоційна складова самосприйняття. Інститут психології імені Г.С. Костюка АПН України.; 2002. 223 с.
22. Гуменюк О. Психологія Я– концепції.Т: Економічна думка, 2002 . 186 с.
23. Дуб В. Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців. Проблеми гуманітарних наук. Психологія, 2021. № 49. С. 61–71.
24. Зак А. З. "Діагностика основних компонентів творчого мислення. Психодіагностика і школа: тези симпозіуму. Таллінн.", 1980. С. 106–108.
25. ЗасекінаЛ., ЗасекінС. Психолінгвістичнадіагностика. Луцьк: Вежа, 2018 р. 188 с.
26. Зімовін О.І. Рефлексія та креативність як чинники саморозвитку особистості на різних етапів життєвого шляху. Автореф., Київ 2017 р., 20 с.
27. Зінько Є. В. Співвідношення характеристик самооцінки та рівня домагань. Частина 1. Самооцінка і її параметри. Психологічний журнал, 2006, Т. 27, № 3, с. 18 – 30
28. Каламаж Р. Я–концепція як складова професійної самосвідомості юристів. Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Острог, 2006. С. 156–163.
29. Камінська С. В. Теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми соціальних уявлень у психологічних дослідженнях. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2014. Вип. 2(2). С. 32–36.

30. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 213 с.
31. Козерук Ю., Євсейчик Я. Самооцінка як фактор становлення особистості студента. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. 2015. Вип. 124. С. 163–165.
32. Комар Т. В. Особистісна рефлексія як чинник соціального становлення підлітків: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. К., 2003. 18 с.
33. Кочубейник О.М. Культурний еталон буття особистості та його вплив на Я–концепцію. Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України К.: Волинські обереги, 2000. С.42 –46. 94
34. Лебідь Н. К. Базисні переконання як індивідуальний вектор цілеспрямованої активності особистості. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2013. Вип. 5.
35. Лефтеров В.А. Психологічні особливості екстремальної міграції в Україні. Координати розвитку психології здоров'я: реалії та перспективи: матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції з міжнародною участю. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 2018. С. 106–110.
36. Лопушанська, І.О. Адекватна самооцінка підлітка. Шляхи формування. Науковий журнал;Студентський;2018. № 6(26). С. 167 – 169.
37. Максименко С. Д. Психологія особистості. К.: Вид–во ТОВ «КММ», 2007. 296 с.
38. Маліновська О. В. Соціально–демографічний портрет внутрішньо переміщених осіб в Україні. Психологічний журнал, 2020. №41 (5). С. 34–40.
39. Мельничук С. Психологічні особливості становленняупевненості в собі в юнацькому віці. Science and education. 2017.
40. Мирошнеченко А. В. Гендерні особливості самоставленняпідлітків. Наука і освіта. 2016. № 6. С. 85–89.

41. Мирошник О.Г. Концепції педагогічної рефлексії у психологічних дослідженнях/ О.Г.Мирошник // Психологія і особистість. – 2016. – №2 (10). – Частина 1. – С.189–199.
42. Мирошниченко А.В. Гендерні особливості самоствавлення підлітків. Наука і освіта. Серія «Психологія і педагогіка» : науковопрактичний журнал «Південь»
43. Міхеєва О. Соціальні наслідки вимушеного переселення в оцінках представників НДО. О. Міхеєва, І. Кузнєцова. – 2018. – Дата звернення 23.09.2023р.:<https://ac.usu.edu.ua/wpcontent/uploads/2018/12/MATERIAL-1.pdf>.
44. Надгара В. І. Проблеми вимушеної внутрішньої міграції населення в контексті концепції «суспільства ризику». Укр. Соціум, 2015. № 1. С. 134–141.
45. Овсянецька Л.П. До проблеми психологічної сутності домагань особистості. Філософія, соціологія, психологія. Івано–Франківськ: Прикарпатський ун–т ім. В. Стефаника, 2019. Вип. 3. №1. С. 55–62.
46. Павелків Р.В. Вікова психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Кондор, 2011. 468 с.
47. Панюк В. Г., Титаренко Т. М. Основи практичної психології: підруч. для студентів ВНЗ. 3–тє вид. Київ: Либідь, 2006. 536 с.
48. Педько К. В. Соціально–психологічні особливості вимушених переселенців. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка, 2021. 128, С. 201–204.
49. Полковенко Т. Казкотерапія. ВУЕ. URL: <https://vue.gov.ua/Казкотерапія> (дата звернення: 27.11.2023).
50. Просандєєва Л. Психологічні аспекти розвитку самоцінності особистості в юнацькому віці. Вісник Чернігівського педагогічного університету. 2015. № 126. С. 142–143.
51. Путінцев А. В., Пащенко Ю. Є. Адаптація внутрішньо переміщених осіб

в регіонах України: сутність, поняття, підходи. Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики, 2018. 9, С. 110–121.

52. Радул І. Г. Теоретичні засади дослідження проблемисамоставлення в психології. Центральноукраїнський державнийпедагогічний університет імені Володимира Винниченка. [URL:https://www.cuspu.edu.ua/ua/vseukrainska-naukovo-praktychna-internetkonferentsiia-psykholohichni-umovy-standovlennia-osobystosti-u-suchasnomususpilstvi/prohrama/6209-teoretychni](https://www.cuspu.edu.ua/ua/vseukrainska-naukovo-praktychna-internetkonferentsiia-psykholohichni-umovy-standovlennia-osobystosti-u-suchasnomususpilstvi/prohrama/6209-teoretychni)

zasadydoslidzhennia-problemysamostavlennia-v-psykholohii (дата звернення: 17.10.2023).

53. Роздорожнюк О. Арт-терапія як метод формування та корекції особистості. Wielokierunkowosc jakogwarancja postepunaukowego. 2020.

URL: <https://doi.org/10.36074/21.02.2020.v2.54> (дата звернення 27.11.2023).

54. Савчин М., Василенко Л. П. Вікова психологія. Київ: Академвидав, 2005. 202 с.

55. Семигіна Т. В., Гусак Н. Є., Трухан С. О. Соціальна підтримка внутрішньо переміщених осіб Український соціум. 2015. №2. С. 53.

56. Становський З. Актуальні проблеми професійного становлення особистості майбутніх практичних психологів. Зб. Матеріалів Всеукраїнської наук.–практ. конференції 16–17 травня «Проблеми підготовки і підвищення кваліфікації. С.23–37.

57. Степанов О.М. Психологічна енциклопедія. К.: «Академвидав», 2006. С. 156.

58. Тітар І. О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови скасування статусу переселенця. Український соціум, 2016. 4 (59), С. 57–68.

59. Фомічова В.М. Соціальні уявлення у проблематиці сучасної соціальної психології. Зб. наук. пр. Психологічні науки. Т. 2. Вип. 4. С. 242– 245.

60. Ходорівська Н. Групова адаптація в умовах соціальних змін. Соціальні

- виміри суспільства. Київ: Інститут соціології НАНУ, 1999. Вип. 3. С. 92–104.
61. Чемерис О.А. Якість освіти як загальна тенденція європейської інтеграції. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. 2005. Вип. 25. С. 219–221.
62. Чернюк М. О., Малиновська, О. В. Особливості соціально–психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб на сході України. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія, 2018. №2(35). С. 62–67.
63. Шамне А. В. Теорія та практика психосоціального розвитку у підлітково юнацькому віці: монографія. Київ: ТОВ ВНП «Інтерсервіс», 2015. 397 с
64. Щотка О.П. Якість педагогічної освіти в оцінках випускників та їх роботодавців. Соціологічні студії. 2012. Вип. 1. С. 97–100.
65. Щудло С. А. Спільне та відмінне у професійних очікуваннях української та польської молоді: соціологічний вимір пограниччя. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи. 2014. № 1122. Вип. 33. С. 88–94.
66. Юрків Я. І., Луканов Д. В. Труднощі соціально–психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота», 2021. Вип. 1 (48). С. 469–472.
67. Якушева, Є. М. Взаємозв'язок структури самоствалення і рівня конструктивності стратегій подолаючої поведінки у осіб, чия діяльність пов'язана з особливими умовами. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 35(2), Т.1(13). С. 432–438.

68. Яременко М. В. Сприйняття освіти й освіченості у XVIII ст. Наукові праці історичного факультету Запорізького національного університету. 2014. Вип. 40. С. 288–292.